UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
FACULDADE DE FILOSOFIA, LETRAS E CIÊNCIAS HUMANAS
DEPARTAMENTO DE SOCIOLOGIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM SOCIOLOGIA

FABIANA RENATA DA SILVA

O infinito valor de todo ser humano:
Uma leitura da associação de ajuda mútua *Neuróticos Anônimos*

Versão Corrigida

São Paulo

2016

UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
FACULDADE DE FILOSOFIA, LETRAS E CIÊNCIAS HUMANAS
DEPARTAMENTO DE SOCIOLOGIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM SOCIOLOGIA

O infinito valor de todo ser humano:
Uma leitura da associação de ajuda mútua *Neuróticos Anônimos*

Fabiana Renata da Silva

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-graduação em Sociologia do Departamento de Sociologia da Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas da Universidade de São Paulo, para obtenção de título de Mestre em Sociologia.

Orientadora: Profa. Dra. Maria Helena Oliva Augusto

De acordo.

Versão Corrigida

São Paulo

2016

Autorizo a reprodução e divulgação total ou parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e pesquisa, desde que citada a fonte.

Catálogo na Publicação
Serviço de Biblioteca e Documentação
Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas da Universidade de São Paulo

S586i Silva, Fabiana Renata da
O infinito valor de todo ser humano: Uma leitura da associação de ajuda mútua Neuróticos Anônimos / Fabiana Renata da Silva ; orientadora Maria Helena Oliva Augusto. - São Paulo, 2016.
143 f.

Dissertação (Mestrado)- Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas da Universidade de São Paulo. Departamento de Sociologia. Área de concentração: Sociologia.

1. Sociologia do Cotidiano. 2. Grupos de autoajuda. 3. Socialização. 4. Identidade Social. 5. Individualidade. I. Augusto, Maria Helena Oliva, orient. II. Título.

FABIANA RENATA DA SILVA

**O infinito valor de todo ser humano:
Uma leitura da associação de ajuda mútua *Neuróticos Anônimos*.**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-graduação em Sociologia do Departamento de Sociologia da Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas da Universidade de São Paulo, para obtenção de título de Mestre em Sociologia.

Orientadora: Profa. Dra. Maria Helena Oliva Augusto

BANCA EXAMINADORA

Presidente: _____
Profa. Dra. Maria Helena Oliva Augusto

1º Examinador: _____
Profa. Dra. Ana Paula Belém Hey

2º Examinador: _____
Profa. Dra. Márcia Thereza Couto Falcão

São Paulo, 12 de abril de 2016.

*Dedico este trabalho aos homens e mulheres que participam dos
grupos de Neuróticos Anônimos.*

AGRADECIMENTOS

Um trabalho de pesquisa não é somente o resultado de um processo de investigação e de articulações intelectuais. Há tempo de vida depositado nele que, também se apresenta como o produto do entrelaçado de relações mantidas pelo pesquisador, não apenas enquanto profissional, mas, como pessoa, com instituições e pessoas, as quais são muitas. Aqui, não seria possível contemplar a todas que compuseram as partes substantivas e significativas de minha formação individual. Por isso, dedico estes agradecimentos a apenas algumas delas, aquelas que tiveram influência mais direta neste trabalho.

Agradeço à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) pelo financiamento fundamental à concretização desta pesquisa.

À Universidade de São Paulo que, como instituição pública e por meio de seus profissionais, abriu todos os caminhos que me conduziram até aqui, incluindo o estímulo que tive à pesquisa desde a Graduação.

À minha orientadora Maria Helena Oliva Augusto que é muito responsável por eu ter chegado até aqui. Gostaria de agradecer pelos inestimáveis apoios e incentivos que recebi desde o estabelecimento de nossa parceria na Graduação. Sou grata pela sua paciência de mestra diante de meu aprendizado um tanto caprichoso e, por reconhecer os meus esforços na execução deste trabalho.

Às professoras Márcia Thereza Couto Falcão e Ana Paula Belém Hey, por seus valiosos questionamentos e contribuições fornecidos na ocasião de minha banca de qualificação, os quais certamente contribuíram para o resultado final desta empreitada.

Ao Departamento de Sociologia pelo suporte institucional e aos funcionários da Secretaria de Pós-Graduação, sobretudo a Gustavo Mascarenhas, pelo auxílio e gentileza recebidos em todos os momentos em que precisei.

À Cátia F. Lima pela inesquecível oportunidade de poder entrevistar seus pacientes quando a dedicação à pesquisa ainda era para mim somente uma ideia e não uma experiência.

À Camila Gui Rosatti de quem não poderia me esquecer pela ajuda e dicas preciosas no período de elaboração do projeto original do Mestrado.

Aos meus colegas de pós do ano de 2013 na disciplina Análise de Projetos: Aline, Camila, Jayme, Vanessa, Veridiana, Leandro, Renan, Thiago e Luiz. Além deles, sou grata a Maria Regina C. Moraes e aos demais que também compartilharam comigo os seus projetos e trabalhos, as suas inquietações e aspirações, servindo-me de estimada inspiração durante o período bastante solitário que compreendeu esta investigação.

À Vivian Bracco que conheci no final do Mestrado, me servindo de especial inspiração nos últimos momentos desta produção.

Aos docentes: Ricardo Musse, Paulo Menezes, e Leonardo Gomes, dos quais tive a sorte de ser aluna durante este período. Também, em específico, à Professora Ângela Alonso, pois, não poderia deixar de mencionar o ambiente academicamente instigante proporcionado pela disciplina Cultura e Ação Política para a qual produzi o meu primeiro esboço de análise sobre o *Neuróticos Anônimos*, no momento em que tomava essa associação como objeto empírico para a realização deste estudo.

Aos meus pais Marlene e Esperidião (*In Memoriam*) por terem me oferecido um ambiente amoroso e atencioso, de motivação, incentivo e reconhecimento no qual eu me desenvolvi podendo dialogar, questionar e falar, falar, falar... À minha mãe pelo exemplo de mulher forte e lutadora. Ao meu pai por me compreender e pela eterna memória, repetindo incansavelmente para mim o quanto eu sou corajosa. E ao meu irmão Flávio, pelas referências quando eu ainda começava a descobrir o mundo e, por ser meu grande amigo sempre.

Finalmente, ao meu esposo Alessandro pelas diversas formas de auxílio, amparo, conselho, escuta e companheirismo, sem os quais eu acho que não teria conseguido superar os momentos difíceis e delicados que enfrentei ao longo do tempo de realização desta pesquisa. Além disso, nos momentos de grande dúvida foi pelos seus olhos que pude me recordar de quem eu sou e continuar persistindo no caminho que escolhi percorrer.

SILVA, Fabiana R. *O infinito valor de todo ser humano: Uma leitura da associação de ajuda mútua Neuróticos Anônimos*. 2016. 143f. Dissertação (Mestrado em Sociologia) – Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas, Universidade de São Paulo, São Paulo, SP.

RESUMO

Neuróticos anônimos é uma associação formada por grupos de ajuda mútua que reúnem indivíduos que se consideram com problemas emocionais seguindo o Programa de recuperação de Alcoólicos Anônimos, adaptado às suas finalidades. Com base em pesquisa etnográfica, incluindo a observação participante nas reuniões de três grupos localizados na cidade de São Paulo, foram caracterizadas as formas de participação, atividades dos grupos, as motivações, crenças e valores dos participantes, abordando ainda aspectos organizacionais e históricos da associação e do seu Programa. Considerando o processo de individualização em curso, esta pesquisa buscou compreender o papel desempenhado pela instituição na orientação do comportamento dos seus membros em relação às suas demandas específicas relacionadas aos problemas comuns da vida cotidiana.

A partir do exame da socialização experimentada pelos participantes nos grupos, é mostrado como a participação engendra processos de identificação entre indivíduos que passam por problemas semelhantes, requerendo de cada um o envolvimento ativo e a motivação subjetiva – a formulação de um projeto para si e com outros por meio da construção autônoma de uma narrativa de vida para si mesmos. Afirma-se que o papel das instituições para os indivíduos se transformou, não mais determinando os rumos pelo qual eles devem traçar os seus destinos ao longo da vida, nem servindo para orientá-los completamente quanto aos inúmeros problemas que se colocam para eles na vida cotidiana. Isto é, os indivíduos selecionam uma dentre tantas outras instituições existentes, das quais participam e pelas quais são socializados ao longo da vida, para resolverem determinados tipos de problemas e não outros.

Palavras-chave: grupos de ajuda mútua, *Neuróticos Anônimos*, socialização, indivíduo, identidade.

ABSTRACT

Neurotics Anonymous is an association formed by self-help groups bringing together individuals who consider themselves with emotional disturbances by following the Alcoholics Anonymous recovery Program adapted to your purposes. Based on ethnographic research, including participant observation conducted at the meetings of three groups located in the city of São Paulo, it was characterized forms of participation, the activities of groups, motivations, beliefs and values of the participants, also considering organizational and historical aspects of the association and its Program. Considering the ongoing process of individuation, this research sought to understand the role played by the institution in guiding the behavior of its members in relation to their specific demands related to common problems of everyday life.

From the examination of socialization experienced by group participants, it is shown as the participation engenders processes of identification between individuals who go through similar problems, requiring each one the active involvement and subjective motivation – the formulation of a project for themselves and others through autonomous construction of a life narrative for themselves. It is argued that the role of institutions for individuals changed, not determining the direction in which they should draw their destinations throughout life, not serving to guide them completely as the many problems that arise for them in everyday life. That is, individuals select one among many others existing institutions, which they participate and for which they are socialized lifelong, to solve certain types of problems and not others.

Key words: self-help groups, *Neurotics Anonymous*, socialization, individual, identity.

Sumário

Apresentação	13
Objetivos e pressupostos	15
Materiais e procedimentos	19
Limitações da pesquisa	20
A “crise” das identidades	22
A identidade como “valor”	27
Primeira Parte.....	31
Uma visão geral da associação de ajuda mútua <i>Neuróticos Anônimos</i> – <i>N/A</i>	31
Comunicação, circulação de informações, divulgação de <i>N/A</i>	32
Considerações sobre os grupos e a participação em <i>N/A</i>	35
O campo etnográfico junto aos grupos	43
A participação feminina em <i>N/A</i>	44
Grupo I	46
Grupo II	48
Grupo III	50
Considerações de ordem ética.....	50
Segunda Parte	53
O Programa de <i>Neuróticos Anônimos</i> e suas origens	53
Os grupos Oxford.....	53
O Alcolólicos Anônimos	54
Sobre as influências cristã e médica em AA	56
A fundação de <i>Neuróticos Anônimos</i>	58
A origem de <i>N/A</i> no Brasil: a obra de Sônia Maria	59
A herança de AA a <i>Neuróticos Anônimos</i>	65
A crença em um Poder Superior e o inventário moral em <i>N/A</i>	66
Doença mental e emocional em <i>N/A</i>	71
Terceira Parte	77
As reuniões dos grupos	77
Buscando ajuda para mudar	77
O ambiente dos encontros	84
Estar na sala de reuniões entre iguais	87
Formatos das reuniões.....	94
Dinâmica das reuniões	97
A recepção do novato.....	109
Anonimato.....	114
Compromisso e responsabilidade	117

A reunião de serviço	119
<i>O N/A é uma escola</i>	123
Considerações finais	129
Bibliografia geral	135
Literatura de <i>Neuróticos Anônimos</i>	137
Endereços Eletrônicos	138
Anexo A: Cópia do panfleto de distribuição gratuita de <i>Neuróticos Anônimos</i>	139
Anexo B: Reprodução de texto do <i>website</i> de <i>N/A</i> : Sintomas da depressão	141
Anexo C: Reprodução de texto do <i>website</i> de <i>N/A</i> : Depressão	142
Anexo D: As Doze Tradições de <i>Neuróticos Anônimos</i>	143

Depression is the guardrail of the person with no road map.

Alain Ehrenberg

In: *The weariness of the self*

Apresentação

Esta pesquisa se iniciou de modo diferente do que se apresenta agora e achei que seria interessante começar por um breve relato de seu percurso.

O seu germe começou a tomar forma em 2009 quando realizei pesquisa de campo sobre medicalização da depressão para a disciplina de graduação Pesquisa de Campo em Antropologia. Na época realizei entrevistas com uma psicanalista e quatro pacientes de tratamento antidepressivo. Constatei que eles já chegaram ao consultório, por assim dizer, “diagnosticados”. Tendo sido sinalizados pelos mais próximos que havia algo de errado com seus comportamentos, aqueles que procuraram a analista identificaram-se como sendo *deprimidos* (embora nem sempre o diagnóstico clínico fosse exatamente esse), mencionando terem lido em alguma revista ou ouvido alguém falar sobre a existência de tratamento médico para o problema.

Essa experiência serviu de base para a minha pesquisa de Iniciação Científica sobre aspectos culturais relacionados à emergência da “epidemia de depressão”¹. O meu interesse sobre esse tema decorria da inquietação sobre o uso disseminado de psicotrópicos na atualidade. E foi perante esse amplo cenário que buscando aprofundar as questões a partir dali levantadas se delineou inicialmente meu projeto de Mestrado.

Este estudo previa inicialmente a realização de entrevistas com indivíduos que tivessem recebido algum tipo de tratamento antidepressivo e a reconstituição de suas trajetórias de vida a partir de suas narrativas. Minha experiência anterior sugeria que o maior desafio para a condução dessa investigação era encontrar alguém disponível, que quisesse relatar uma experiência de vida que implica muito sofrimento. Geralmente, esse tipo de assunto fica restrito a consultórios terapêuticos, sendo um material de difícil acesso para pesquisadores.

Por outro lado, colegas levantaram dúvidas sobre a representatividade de um campo² de investigação assim delimitado. Pois, se o termo *depressão* passou a ser utilizado na linguagem comum, qualquer vivente em nossa sociedade seria capaz de manifestar opiniões sobre o assunto. A partir dessa consideração, minha maior dificuldade foi a de identificar e demarcar um universo empírico significativo e acessível para a realização da pesquisa.

¹ SILVA, Fabiana R. *Depressão e sociedade: o surgimento do sujeito neuroquímico na época contemporânea*. In: 20 SIICUSP – Simpósio de Iniciação Científica da Universidade de São Paulo, 2012, São Paulo.

² Como será explicitado ao longo deste trabalho, o meu campo de investigação é inspirado na pluralidade de esferas propostas por Max Weber e não se confunde com a teoria dos campos de Pierre Bourdieu.

Por um período significativo do Mestrado, dediquei-me ao estudo de periódicos especializados da área de saúde. Insatisfeita com essa direção, seguia uma trilha, na *Internet*, que me mostrava grupos de suporte e terapêuticos, para pacientes em tratamento antidepressivo, quando encontrei o *site* de *Neuróticos Anônimos*, uma associação composta por grupos de ajuda mútua reunindo indivíduos que buscam recuperar-se de seus problemas emocionais. Segundo a sua definição, “*neurótica é qualquer pessoa cujas emoções interferem em seu comportamento, de qualquer forma e em qualquer grau, segundo ela mesma o reconheça*”.³ Dentre outras informações, havia textos sugerindo que a depressão constituía apenas um dos sintomas da *neurose*, abarcando diferentes aspectos do comportamento como ansiedade, frustração, negatividade, compulsões em geral, medo, raiva, angústia, ressentimento, fobias, insatisfação, rejeição, vazio existencial, solidão, mau humor, irresponsabilidade, estresse, insônia, agressividade, melancolia, etc.

Até então, não tinha nenhum conhecimento sobre essa associação, mas, em seus próprios termos, seus membros nela se reúnem para compartilhar “*experiências, fortaleza e esperança para resolverem seus problemas emocionais comuns e dessa forma se reabilitarem da doença mental e emocional*”.⁴ A partir da indicação encontrada no *site* dos endereços dos locais de reunião, dei início à pesquisa conduzida junto aos grupos de *Neuróticos Anônimos*.

Constatei nesses grupos a presença marcante de pessoas que faziam ou já haviam feito tratamento para depressão e diversos outros transtornos psíquicos. Os participantes de *Neuróticos Anônimos* dizem buscar os grupos por inúmeros motivos que não somente esses. Referem-se geralmente a circunstâncias vivenciadas, como a morte de familiares ou pessoas queridas, divórcio, dificuldades em relacionamentos pessoais, problemas profissionais, escolares ou no convívio familiar, etc.

Desse modo, a “depressão” deixou de ser o *leitmotiv* da pesquisa e passei a dedicar-me a compreender a associação de ajuda mútua *Neuróticos Anônimos*, o ambiente das salas de reunião e as atividades dos grupos, a motivação de seus participantes, seus envolvimento com a participação, suas crenças e seus valores⁵.

³ Cf. Neuróticos Anônimos. Disponível em: <http://www.neuroticosanonimos.org.br/> (Acesso em jan. 2014).

⁴ Cf. Neuróticos Anônimos. Disponível em: <http://www.neuroticosanonimos.org.br/depressao> (Acesso em jan. 2014).

⁵ A expressão “O infinito valor de todo ser humano” presente no título desta dissertação deveria ter sido grafada entre aspas já que foi retirada do tema do 37º Encontro Nacional de Neuróticos Anônimos ocorrido em setembro de 2015. A correção desse registro não foi possível, motivo pelo qual o realizei apenas por essa nota.

Objetivos e pressupostos

*Neuróticos Anônimos – N/A*⁶ faz parte de uma miríade de associações de ajuda mútua designadas como *grupos anônimos* ou *grupos de Doze Passos* em referência à origem comum inspirada no Programa de Recuperação de **Alcoólicos Anônimos (AA)**. Entre eles estão o Al-Anon (grupos familiares de parentes e amigos de alcoólicos), Narcóticos Anônimos (NA), Nar-Anon (para familiares de adictos), Devedores Anônimos (DA), Dependentes de Amor e Sexo Anônimos (DASA), Introvertidos Anônimos (IA), Comedores Compulsivos Anônimos (CCA), Emocionais Anônimos (EA), Jogadores Anônimos (JA), Mulheres que Amam Demais (MADA), Fumantes Anônimos (FA), Codependentes Anônimos (CODA), etc.

A associação *Neuróticos Anônimos* foi fundada em 1964, na cidade estadunidense de Washington D.C., por Grover Boydston, um psicólogo que buscou ajuda de **AA** para recuperar-se de sua dependência alcoólica. Ele considerou que o Programa dos Doze Passos obtinha sucesso por auxiliar os indivíduos a se restabelecerem dos seus problemas emocionais que são subjacentes ao alcoolismo.

No Brasil, o grupo pioneiro de *N/A* foi estabelecido em 1969, na cidade de São Paulo, alcançando rápida expansão de membros e grupos após tornado público pelas mídias, as quais historicamente tem exercido um papel fundamental para o crescimento e proliferação das associações de ajuda mútua.

Os estudos sobre os grupos anônimos realizados nas ciências sociais brasileira desde o início do século XXI abordam, direta ou indiretamente, o papel desse tipo de associação como suportes de reformulações identitárias (Cf. ARAÚJO, 2007; BUENO, 2008; CAMPOS, 2005; CARDOSO, 2006; FERREIRA, 2012; LUCCAS, 2015; MONTEIRO, 2002; PROCÓPIO, 2007; TADVALD, 2006).

A partir de diferentes perspectivas, esses trabalhos informam que as associações de ajuda mútua compõem instrumentos que respondem às experiências vivenciadas como problemáticas, dentro da ordem social nas quais os indivíduos se encontram, sob a necessidade de se constituírem como sujeitos responsáveis pela modificação de algum aspecto do próprio comportamento reconhecido por eles mesmos e/ou por aqueles de seu convívio como incômodo ou indesejável. A característica fundamental de funcionamento desses grupos é que eles reúnem indivíduos que passam por problemas semelhantes para compartilhar as

⁶ A sigla de *Neuróticos Anônimos – N/A* é escrita com a barra, diferenciando-se daquela de Narcóticos Anônimos – NA.

suas experiências por intermédio de depoimentos pessoais, sendo dispensada a mediação de profissionais da saúde.

Os grupos anônimos apresentam, em termos gerais, diferentes temáticas relacionadas a comportamentos compulsivos seja em relação ao uso de substâncias químicas, como álcool e drogas, ou a atitudes consideradas excessivas em relação a alimentos, compras, jogos, sexo, etc. que provocam prejuízos sociais e sofrimentos ao indivíduo. Embora possam envolver aspectos físicos e/ou biológicos, esses comportamentos implicam diferentes dimensões psicológicas e sociais necessitando de contextualização cultural para serem compreendidos.

Enquanto os problemas focalizados pela maioria das associações de ajuda mútua podem ser mais facilmente mapeáveis pelas atitudes dos seus participantes, *Neuróticos Anônimos* mobiliza especificamente questões em torno da saúde mental e emocional requerendo determinados cuidados de interpretação.

Como instituição, *Neuróticos Anônimos* não define a *neurose* ou *doença mental e emocional* de modo totalmente inequívoco. Essa associação opera com aspectos inspirados nos princípios herdados do Programa de **Alcoólicos Anônimos**. A sua definição de alcoolismo engendra noções tanto derivadas do campo médico como influências do pensamento religioso, resultando que a concepção de doença de **AA** não apenas considera seus elementos físicos e mentais, mas também suas dimensões moral e *espiritual* (Cf. LUCCAS, 2015). Similarmente, *Neuróticos Anônimos* trabalha com princípios e ideias que mesclam elementos de inspiração religiosa e do conhecimento científico.

Entretanto, a emergência e a difusão de *N/A* ocorreram em derivação e de modo articulado a um contexto cultural tanto medicalizado como psicologizado, por assim dizer. De um lado, pela própria prática médica que, no campo dos problemas psíquicos, tem, marcadamente, como escopo o mundo da vida, conforme o conceito habermasiano (Cf. HABERMAS, 1987). De outro, pela atuação das mídias que se incumbiram de disseminar amplamente, às massas, a linguagem psicológica.

No contexto das atividades e reuniões de *Neuróticos Anônimos*, por um lado, não se pode considerar a *neurose* – os problemas mentais e emocionais – conforme um conceito médico, se bem que utilizem uma terminologia especializada (já ultrapassada na atualidade). Por outro, não se pode hipostasiar o seu significado segundo uma definição institucional rigorosa. Considerado como entidade, *N/A* não tem força para impor determinações, propondo somente sugestões, apreendidas por seus integrantes de modo bastante flexível e de acordo com o entendimento e envolvimento de cada um com a associação.

Baseio-me em abordagens sociológicas recentes, de inspiração wittgensteiniana, que enfatizam a necessidade de levar em conta o cenário em que se desenvolvem os jogos de linguagem, os quais são ao mesmo tempo jogos de identificação (EHRENBURG, 2010b) e atualizações do vínculo social (DUBAR, 2009). A princípio, considero que a noção de *neurose* em *Neuróticos Anônimos* deve ser compreendida pelo *seu uso*, isto é, pelo modo como é utilizado e também problematizado pelos próprios sujeitos, no contexto específico em que ocorre a interação.

Em seu estudo sobre *N/A*, Monteiro (2002, p. 83) indica que seus membros percebem que a participação lhes proporciona um acréscimo em suas capacidades de se definirem nos relacionamentos pessoais e interpessoais. De acordo com ela, por dispensar peritos e profissionais, o modelo terapêutico da associação favorece o exercício da reflexividade e a identificação entre os integrantes, auxiliando-os a lidarem com os seus problemas. Além disso, a autora destaca que a superação dos preconceitos sofridos pelos participantes está relacionada ao fato de que por meio de seus relatos eles podem problematizar questões da vida privada no espaço público.

Conforme Roehe (2003, 2004), os progressos pessoais percebidos pelos membros de *Neuróticos Anônimos* estão relacionados à dedicação e ao comprometimento pessoal de cada integrante com a própria recuperação. O autor sugere que os elementos do Programa de *N/A* garantem suporte a iniciativas, alavancando “atitudes em pessoas com precária capacidade de mobilização” (ROEHE, 2004, p. 406) que, devido ao sofrimento psíquico, se encontram prejudicadas.

A saúde mental não se refere somente à saúde física e/ou fisiológica, mas também diz respeito à *socialização* sofrida pelo indivíduo e àquela ainda em curso, desafiando elementos considerados essenciais, como a autoestima, habilidades requeridas para alguém ser bem sucedido na vida, como a comunicação, o desenvolvimento emocional e o de julgamento moral, as capacidades de educar os próprios filhos e de contribuir com a comunidade ou sociedade, etc. Ou seja, ela relaciona-se ao *conjunto das crenças e valores existentes numa sociedade* (EHRENBURG, 2010b: xiii) e a como ele incide sobre os participantes da associação.

A abordagem teórica apontou que, na atualidade, os indivíduos são socializados para agirem por si mesmos e o imperativo de se realizar, ser responsável, efetuar decisões constantes, tomar iniciativas, superar-se e ser autêntico fez com que a vida de cada um se transformasse numa “doença identitária crônica” (EHRENBURG, 2010b, p.189) engendrando

crises existenciais que são tratadas com psicotrópicos cada vez mais avançados além do recurso a inúmeras outras formas de auxílio como terapias, grupos de ajuda mútua, literatura de autoajuda, etc.

Por outro lado, a emergência da identidade pessoal como um *valor social* (DUBAR, 2009, p.228) também pode ser acompanhada da expressão da individualidade como um processo de aprendizado da expressão de si na participação no âmbito das relações pessoais, sociais e da cidadania, abrangendo a construção de vínculos sociais originais, novos marcos de referência, formulações de convicções e a possibilidade de modificá-las.

Considerando o processo de individualização em curso, este trabalho buscou compreender o papel desempenhado pela instituição na orientação do comportamento dos seus membros a partir da consideração das suas necessidades específicas, as quais são motivos pela busca do auxílio da associação. Os estudos sobre o *Neuróticos Anônimos* são escassos e, por isso, a abordagem realizada nesta investigação foi constituída, em grande parte, visando suprir essa lacuna.

Esta pesquisa buscou caracterizar as formas de participação na associação e as atividades dos grupos, além de identificar as motivações, crenças e os valores dos participantes. Além disso, levou em conta aspectos organizacionais e históricos da associação e de seu Programa os quais considerei fundamentais para a compreensão do universo empírico escolhido – os grupos de *Neuróticos Anônimos*.

Em especial, procurei delinear o processo de socialização pelo qual passam os membros nas reuniões promovidas pela associação. Compreendo esses processos conferindo importância ao aprendizado experiencial dos participantes, implicando as suas apropriações ativas (Cf. DUBAR, 2009, pp. 211-213) das normas e valores que regulam o espaço dos encontros de *N/A*.

O envolvimento espontâneo de cada participante com o grupo de *N/A* é fundamental no processo de recuperação de seus problemas, dependendo de uma motivação subjetiva – a formulação de um *projeto para si e com outros*, visando restaurar a estima de si mesmo mediante o reconhecimento pelo olhar do outro. A participação envolve a reformulação da identidade – as transações entre o integrante e os outros membros estando associadas a uma dinâmica motivacional e emocional.

Considerando a *experiência de participação* dos integrantes de *N/A*, sobretudo, a partir de seus depoimentos, indico que minha leitura envolve a apreensão do modo como noções e significados foram mobilizados pelas falas dos membros dos grupos no âmbito das reuniões e,

parcialmente, pela incorporação das narrativas dos sujeitos sobre a sua própria vivência. Pois, considero que o empreendimento interpretativo faz supor um ordenamento conceitual para determinados fins investigativos (WEBER, 2006).

Assim, o objetivo desta investigação não foi estabelecer uma “verdade” científica sobre *Neuróticos Anônimos* nem esgotar todas as possibilidades de interpretação dos aspectos de seu Programa de Recuperação, e sim fazer sobre o assunto uma dentre muitas leituras possíveis.

O empenho realizado no levantamento e reunião de informações sobre o tema traz, sobretudo, propostas para novas agendas de pesquisa. Embora este trabalho se concentre em grande parte no contexto e nas atividades da associação, a sua linha principal dedicou-se a enfatizar as relações entre *participação*, assunção de *compromissos* e *projetos pessoais*.

A **Primeira Parte** desta dissertação mostra o levantamento de informações sobre os aspectos gerais de *Neuróticos Anônimos*, caracteriza a participação na associação descrevendo também o campo etnográfico e os grupos frequentados durante o estudo. A **Segunda Parte** aborda os elementos históricos da associação e as características fundamentais de seu Programa. A **Terceira Parte** apresenta mais especificamente o conteúdo referente à pesquisa de campo efetuada nas reuniões dos grupos, mostrando principalmente a dinâmica de seu funcionamento, traçando os contornos do aprendizado envolvido na participação pelos membros.

Materiais e procedimentos

Os dados aqui reunidos são referentes à investigação etnográfica sobre a associação de ajuda mútua *Neuróticos Anônimos*, incluindo a observação participante por mim realizada nos encontros de três grupos localizados na cidade de São Paulo entre março de 2014 e junho de 2015, sendo um deles situados na zona oeste e dois na zona sul da capital. Os nomes dos grupos foram preservados em consideração à manifestação expressa por parte de participantes e seus nomes foram substituídos por pseudônimos.

Frequentei regularmente as reuniões semanais de cada um desses grupos por um período aproximado de quatro meses. Isso equivaliu à presença em cerca de quinze encontros por grupo. Em termos gerais, minha participação ocorreu em etapas sucessivas e por isso escolhi designar os grupos como I, II e III: tanto para indicar a progressão do trabalho de campo realizado como sugerindo uma diferença no nível de minha integração com os a

associação e seus participantes, o que será evidenciado no decorrer desta exposição. De fato, realizei uma pausa na observação participante entre a visita dos grupos I e II e houve um período breve de participação simultânea nos grupos II e III. Fiz também algumas visitas esporádicas ao último grupo durante o período de finalização da dissertação.

Alguns relatos foram coletados a partir de conversas realizadas informalmente com membros da associação, mas muitas informações são referentes aos depoimentos cedidos no âmbito de reuniões. A pesquisa, de caráter qualitativo, também considera informações etnográficas retiradas do material produzido e publicado por *Neuróticos Anônimos*, além de abordar brevemente aspectos da história dessa associação e de seu Programa de Recuperação que se mostraram fundamentais à compreensão do contexto das atividades dos grupos.

Particpei ainda de reuniões *online* via *chat* mantido por *N/A*, além da lista de discussões por *e-mail*, da qual tomei conhecimento por sugestão de um integrante de um dos grupos que frequentei. Não farei considerações mais detalhadas sobre a realização do campo etnográfico na *Internet*, pois, utilizarei as informações obtidas desse modo somente como fontes auxiliares.

Limitações da pesquisa

Cabe apontar que algumas especificidades do campo foram desafiadoras para a concretização desta pesquisa. Ao propor a realização de um estudo a partir dos grupos de *Neuróticos Anônimos* e reconhecendo na observação participante a técnica mais adequada, descobri que isso significava ter de tornar-me membro da *Irmandade*⁷.

A frequência de participação nas reuniões de *N/A* depende não apenas da consideração dos princípios da associação, mas, também da identificação com os seus propósitos. Ao longo dos encontros, os participantes são capazes de perceber a intenção uns dos outros e dificilmente um pesquisador inserido nesses grupos consegue ser considerado um deles, do mesmo modo. Os grupos se pautam por éticas específicas entre as quais se destaca a do anonimato, delimitando em grande parte a atuação do investigador. Devido às dificuldades enfrentadas, ao longo da realização da pesquisa de campo, tive de alterar minha estratégia, participando em mais de um grupo.

Obstáculos na realização de investigações de caráter mais formal junto aos grupos de ajuda mútua são relatados também por outros pesquisadores (Cf., por exemplo: CARDOSO,

⁷ Os membros de *Neuróticos Anônimos* costumam utilizar o termo *Irmandade* para se referirem à associação de *N/A*, às vezes englobando a sua matriz **Alcoólicos Anônimos** ou mesmo as outras associações irmãs, das quais também possam eventualmente fazer parte. Ou seja, trata-se de uma expressão dos próprios participantes.

2006; FERREIRA, 2012; MONTEIRO, 2002). Mas, o que deve ser destacado é que, nas reuniões de *Neuróticos Anônimos*, são relatadas questões referentes a assuntos íntimos, pessoalmente dolorosos e/ou constrangedores, compartilhados *no* grupo. Considerando o contexto das reuniões, seria no mínimo indelicado insistir na realização de entrevistas com os integrantes, algo que considere ser a maior dificuldade a ser contornada para a realização deste trabalho.

Frequentemente identificar-se como sendo *neurótico(a)* não é fácil, envolvendo um processo doloroso. Muitos não conseguem considerar-se e dizer-se *neurótico(a)*, mesmo com algum tempo de frequência nos grupos. Em seus depoimentos, muitos membros contam que revelam frequentarem *Neuróticos Anônimos* somente aos mais íntimos, como o(a) parceiro(a) ou a mãe. Alguns integrantes mantêm a participação em segredo, dizendo, por exemplo, até aos mais próximos, que frequentam um grupo da igreja ou um curso.

Em uma das reuniões que presenciei, uma participante bem-humorada contou que diz aos amigos estar fazendo *um curso de dramaturgia* nos dias em que vai aos encontros de *N/A*:

Então vocês são do meu grupo de dramaturgia! E todo mundo: “como é?” Ah, a gente lê textos de teatro e tal! Eles dizem: “ah, legal!” [risos] (...) Eu ainda não tenho coragem, mas eu gostaria de falar. Porque assusta mesmo. A palavra *neurótico* é muito... (Suzana).

Nenhum dos integrantes que abordei concedeu-me entrevista. Em termos gerais, a sociabilidade entre os membros de *Neuróticos Anônimos* é bastante restrita ao espaço de interação das salas de reunião e em torno das atividades dos grupos. Por poder trabalhar somente com os depoimentos e as conversas informais fornecidos dentro desse contexto, passei daquela ansiedade que tão comumente envolve o pesquisador na aventura da observação de campo às etapas sucessivas e angustiosas relacionadas ao empreendimento de organizar um material produtivo para análise.

A modificação de minhas estratégias em campo, para o levantamento de informações e a organização do material recolhido até que pude considerar ter alcançado a saturação de dados, acabou compreendendo grande parte do empenho e do tempo de execução da pesquisa. Conforme a minha integração com os membros da associação se intensificou, marcadamente na fase de minha visita ao grupo III, alterei decisivamente o meu referencial teórico-metodológico de modo a adequá-lo às descobertas do campo etnográfico. A revisão da literatura sobre os grupos anônimos também foi fundamental. Devido a esse desenvolvimento, este trabalho assume, às vezes e, em certa medida, contornos mais descritivos.

A “crise” das identidades

A perspectiva teórica deste trabalho tem estreita relação com transformações ocorridas em período histórico recente. Em *A crise das identidades* (2009), Claude Dubar sugere que as transformações ocorridas a partir dos anos 1960 atingiram os vínculos sociais e as subjetividades a eles vinculadas. Segundo o autor, as sociedades ocidentais contemporâneas estão, desde então, passando por transformações dos modelos de socialização dos indivíduos.

Dubar (2009, 2011) sugere que as formas pelas quais as identidades se constituíam até o século XIX, na França, entraram em crise⁸ no período que se seguiu até os Trinta Anos Gloriosos (1945-1973). Isso se relaciona às alterações ocorridas na denominada primeira modernidade caracterizada pelo progresso, pelo Estado Nacional e o Estado Social, momento no qual foi registrada a primazia das instituições na produção do enquadramento das identidades socialmente reconhecidas. Concomitantemente a elas, entretanto, os vínculos comunitários se mantinham fortes e protetores no âmbito das cidades, famílias, corporações de ofício e religiões.

Em função das mudanças ocorridas nos vínculos sociais, os modos de pensar, dizer e fazer se alteraram e as identidades até então existentes e reconhecidas foram desestabilizadas perdendo as suas legitimidades. Elas foram ultrapassadas por manifestações e combinações múltiplas, mas nenhuma delas se tornou predominante. Ao mesmo tempo, as formas emergentes não alcançaram contornos claramente perceptíveis ou definíveis. Nessa direção, o que Dubar (2009) denomina como crise das identidades resulta da *substituição* de um tipo de socialização que privilegiava vínculos sociais *comunitários* por outro que se tornou de dominante *societária*, engendrando o surgimento de *novas formas de subjetividade* (DUBAR, 2009, p. 193).

Dubar (2009) baseia-se nas conceptualizações propostas por Max Weber⁹. Segundo sugere, as *formas comunitárias* (*Vergemeinschaftung*) envolvem relações baseadas no sentimento de pertença à mesma coletividade. Elas dizem respeito a duas formas de ação, a que repousa na *tradição*, vínculos transmitidos pela filiação e heranças culturais, e a que resulta da identificação coletiva e emocional com um líder carismático. Essa forma é dominante tipicamente entre familiares, unindo filiação e fortes *relações afetivas*, podendo ser

⁸ Dubar (2009, p. 20) admite que a palavra “crise” é polifônica, sugerindo que a exemplo das crises econômicas, as crises identitárias podem ser consideradas como perturbações de relações estabilizadas de modo relativo entre elementos estruturantes da atividade – como produção e consumo e, investimento e resultado. De modo similar, o autor pensa a atividade de categorizar *os outros* e *a si mesmo* – a identificação.

⁹ Cf. WEBER, 1994.

encontrada em diferentes gradações em todos os agrupamentos nos quais se desenvolvam o sentimento de pertença.

As *formas societárias* (*Vergesellschaftung*) são aquelas em que as relações se baseiam no compromisso ou na coordenação de interesses racionalmente motivados em valor ou em finalidade. Assim, referem-se a dois tipos de racionalidade: *com relação a valores* (axiológica) na qual estão subentendidas compreensões racionais pelo engajamento mútuo e, *a relação instrumental dos meios com um fim* que se impõe por si mesma – a racionalidade econômica, a troca comercial, a competição na perseguição visando garantir melhores oportunidades de vida, abarcando a associação voluntária de indivíduos objetivando defender os seus interesses. Essas são formas típicas da empresa e das associações (Cf. DUBAR, 2009)¹⁰.

O movimento histórico de emergência das formas de relações sociais de tipo *societário* supõe a existência da pluralidade de formações de coletivos multiformes e variáveis, por vezes efêmeros e aos quais os indivíduos aderem por períodos limitados, recebendo deles *recursos de identificação* (DUBAR, 2009, p. 15) que eles devem aprender a mobilizar e administrar de diferentes maneiras e de modo provisório.

Essa conjuntura possibilita que cada um possua ao mesmo tempo múltiplos pertencimentos, modificáveis ao longo da vida. Essas relações sociais são diferentes daquelas do período histórico anterior porque supõem a *crença* na “primazia do sujeito individual sobre os pertencimentos coletivos” (DUBAR, 2009, p. 15), isto é, os novos vínculos sociais repousam na ideia de que eles são produtos de uma escolha pessoal. Essa crença fundamental tem bases concretas na sociedade para existir e, para os objetivos deste trabalho, cabe realizar algumas considerações indicando algumas problemáticas a esse respeito.

Entre os anos de 1960-1970, a esfera privada, referente à família e às relações de gênero, sofreu uma imensa transformação. A situação social das mulheres foi modificada principalmente a partir de três fatores: a descoberta da pílula contraceptiva possibilitando-lhes terem o “controle dos próprios corpos”, sua entrada maciça no mercado de trabalho e a quantidade de atividades com as quais elas poderiam se envolver. A maioria assumiu trabalhos precários e de remuneração inferior à masculina, originando a chamada “dupla

¹⁰ Cabe ressaltar que Dubar (2009) faz uma interpretação própria da teoria weberiana sobre a existência histórica de um processo de racionalização afirmando o desenvolvimento *predominante da segunda forma*, embora não eliminando completamente a primeira. Ou seja, essa leitura difere da proposição original de Weber, sobretudo naquilo que este afirma ser a grande maioria das relações sociais constituídas tanto por *relações comunitárias* quanto por *associativas*. Conforme exemplifica Weber (1994, p. 25-27), mesmo um grupo familiar pode sentir a relação entre seus membros como *comunitária* ou tirar proveito dela como *relação associativa*, indicando que o conceito de *comunidade* envolve situações amplamente heterogêneas.

jornada” já que continuaram a desempenhar a maioria das tarefas domésticas. Pode ser apontado que, apesar dos movimentos de emancipação feminina e de conquista de seus direitos civis, as mulheres não conseguiram estabelecer-se em condições de equidade com os homens, seja no mercado de trabalho ou no âmbito das relações familiares. Consequentemente, além da desvalorização de seus papéis como “donas de casa”, na prática, as mulheres também não foram totalmente reconhecidas por suas identidades profissionais.

As formas de vida privada se multiplicaram, os relacionamentos amorosos ganharam diferentes contornos e as famílias, diversas configurações. O número de divórcios aumentou e o casamento tradicional já não era a única possibilidade de vida conjunta entre os indivíduos. Novas denominações emergiram e uma profusão de vocabulários originou-se, buscando designar e dar sentido a situações e maneiras de viver inéditas. Por exemplo, os membros dos casais passaram a se referirem mutuamente como “parceira(o)”, “companheira(o)” e já não se falava mais em concubinato¹¹. Algo notável foi a quantidade de mulheres que passaram a levar a vida a sós¹². As mudanças nas relações entre os sexos e nos arranjos familiares puseram em evidência o fato de que a antiga “identidade feminina”, ligada ao lar e à maternidade, foi impactada de modo decisivo, inclusive considerando a entrada das mulheres na cena política.

Os quadros sociais antecedentes de referências instituídas transformaram-se, já não sendo mais capazes de fornecer sistemas de valores orientadores da conduta porque o destino de homens e mulheres já não estava mais traçado de antemão. As alterações nos modelos e nas normas operaram juntamente com a oscilação dos pontos de referência e a desestabilização das classificações e denominações anteriores. As diferentes instituições, assim como a escola, marcadas por características universalistas e disciplinares, já não respondiam às recentes demandas multiformes de saber que partiam dos próprios indivíduos e de suas necessidades pessoais singulares.

Foram as *mídias*, principalmente, que substituíram as instituições nessa exigência. Elas são velozes, maleáveis, continuamente propondo novidades e variedades, propagando fórmulas, modelos, exemplos, conselhos e preenchendo as demandas da vida cotidiana de homens e mulheres. Os assuntos são inúmeros, alargando as fronteiras pelas quais a vida privada pode ganhar expressão: relacionamentos, comportamentos, hábitos corporais e mentais, saúde, moda, família e educação dos filhos, decoração da casa, entretenimento, sexualidade, espiritualidade, etc.

¹¹ Cf. DUBAR (2009).

¹² Cf. KAUFMANN (2004).

Nos meios de comunicação em geral, os conteúdos dedicados à política e à economia passaram a disputar espaço com assuntos referentes aos novos códigos de comportamento relacionados à vida íntima e pessoal. As normas e valores que se elevam salientam a expressão da individualidade, o ocupar-se consigo mesmo, os cuidados com a saúde do corpo e da aparência estética, o cultivo da autoestima, da vida emocional e psicológica. A busca da autorrealização e da condução autossuficiente da vida passaram a ser difundidos como os modos corretos de viver (Cf. MORAES, 2014).

Segundo Ehrenberg (2010b), as mídias criaram um espaço público que modelou a realidade psíquica, e idealizaram um estilo para a psicologia das massas¹³. Ter uma vida interior significou compartilhar com um círculo social amplo o significado das mudanças na compreensão do íntimo e do pessoal. A percepção da intimidade sofreu fundamental transformação: já não se encontra no reservado, no lugar secreto ou na liberdade de consciência, mas torna-se aquilo que permite a cada um *desligar-se dum destino em proveito da liberdade de escolher a sua vida* (EHRENBURG, 2010b, p.110). A conformidade a essa norma abriu caminho para uma série de valores novos e diferentes modos de conduzir a vida, orientados por uma multiplicidade de referências que põem em destaque as formas originais de expressão de si e da “personalidade”.

A individualidade é uma construção coletiva e a interioridade depende da existência de instituições (EHRENBURG, 2010b, p. 226) fornecedoras de um quadro social para realizar-se. Isto é, ser ‘si mesmo’ tornou-se a nova norma de ação pela qual todos têm o dever de orientar-se. Ehrenberg (2010b) analisou em seu trabalho como as revistas femininas francesas socializaram essa norma, pondo em movimento a gramática psicológica que incentivava as suas leitoras a interpretar os seus conflitos pessoais focalizando a vida interior. As revistas providenciaram e disseminaram o vocabulário que auxiliava o público a dar forma às mudanças sociais vividas.

A linguagem é o *instrumento* pelo qual a atividade humana pode classificar e dar sentido ao vivido. Num contexto de transformações sociais, de aceleração do processo de individualização da sociedade e da inauguração da reflexividade estendida ao conjunto da população¹⁴, ferramentas linguísticas inéditas emergem, passando a serem mobilizadas, e as terminologias psicológicas oriundas do conhecimento especializado exibem todo o seu potencial de expressão das formas inéditas de subjetividades emergentes sendo amplamente propagadas, pelas mídias, ao conjunto da população.

¹³ Sobre esse mesmo assunto, a partir de outra perspectiva teórica Cf. ILLOUZ (2008).

¹⁴ Cf. EHRENBURG, 2010a, 2010b; KAUFMANN, 2001, 2004.

A identidade surgiu como problema social e sociológico porque se tornou incerta, cabendo ao trabalho reflexivo e subjetivo individual dar sentido à situação socialmente vivida (Cf. EHRENBERG, 2010b, DUBAR, 2009; KAUFMANN, 2004). Em um contexto social que coloca à disposição um sem número de referências e possibilidades de escolha, são em maior número os sistemas de significação contrastantes. Isto é, para o mesmo papel socialmente prescrito (por exemplo, mãe, mulher, trabalhadora) é possível a cada um criar estilos variados, atribuindo múltiplos sentidos às suas ações. Mas, isso não pode ser feito pelo indivíduo isolado e conforme o seu próprio desejo: a identidade proposta por ele, para realizar-se, deve ser confirmada, *reconhecida por outros*.

A crise das identidades a que se refere Dubar (2009) toca a subjetividade dos indivíduos e, conforme o autor:

A crise é desencadeada pela imposição de uma identidade não desejada ou pela recusa de uma identidade reivindicada. Enquanto a identidade de uma pessoa vem de si mesma (quer ela tenha interiorizado aquela que lhe foi atribuída ou que tenha feito reconhecer aquela que construiu para si), não há crise, nem mesmo de identidade: ela é o que é. Contudo mantém-se um *ato de negação*, uma política da identidade (...), implicando exclusões, imposições, desconfianças (...), fazendo surgir a crise que configura as relações sociais (...), perturbando a relação consigo mesmo (“quem sou eu realmente?”) e com os outros (“o que eles dizem que eu sou?”). A crise das identidades é o questionamento da relação de si mesmo com os outros e consigo mesmo (DUBAR, 2011, p. 183 – *grifos originais*).

Um intenso sentimento de frustração pode ser experimentado por aqueles que não conseguirem encontrar esse outro necessário para o estabelecimento de uma *identidade satisfatória* (KAUFMANN, 2004, p.74). Buscando uma definição de si, o indivíduo pode lançar-se em diversas direções procurando qualquer coisa que possa auxiliá-lo a inventar um novo sentido, seja de inspiração na natureza, biologia ou tradição, o que pode criar a ilusão de um retorno ao religioso¹⁵. Mas, a ordem simbólica é agora, em realidade, interiorizada sob a forma de uma *convicção pessoal* (KAUFMANN, 2004, p. 115).

¹⁵ Para o esclarecimento desse ponto Cf. PIERUCCI, Antônio Flávio. Secularização em Max Weber: Da contemporânea serventia de voltarmos a acessar aquele velho sentido. *Revista Brasileira de Ciências Sociais*, São Paulo, v. 13, n. 37, Junho, 1998, pp. 43-73.

A novidade histórica em torno da identidade não está na emergência da representação de si mesmo, mas no fato de ela ocupar um lugar diferente no processo de construção da realidade (KAUFMANN, 2004). É assim que a identidade e os papéis que são socialmente desempenhados e eventualmente reconhecidos devem ser considerados, pois a subjetividade tornou-se uma questão coletiva (EHRENBERG, 2010b) e política (DUBAR, 2009).

A identidade como “valor”

Aqueles que buscam o auxílio de *Neuróticos Anônimos* relatam entre os seus motivos não apenas as enfermidades psíquicas e emocionais diagnosticadas e tratadas por médicos e terapeutas. Eles mencionam inúmeras situações comuns vivenciadas no cotidiano, como dificuldades em relacionamentos pessoais, a morte de familiares ou pessoas queridas, divórcio, problemas profissionais, escolares ou no convívio familiar, etc. Além disso, indicam que as dificuldades enfrentadas envolvem um abalo fundamental da autoestima, o isolamento social e a solidão.

Conforme foi possível avaliar pelos relatos dos participantes de *N/A*, os casos individualmente considerados configuram-se como circunstâncias complexas, multifatoriais e heterogêneas. Mas, é possível apontar que elas exigem dos indivíduos enorme esforço reflexivo e empenho subjetivo em compreender aquilo que é vivenciado, em *dar sentido* à situação pela qual estão passando. Com efeito, os problemas de muitos que iniciam a participação em *Neuróticos Anônimos* são relatados como crises existenciais, podendo ser sintetizadas nas seguintes questões: *Quem sou eu? Qual é o sentido de minha vida?*

Vale aqui retomar o que foi abordado anteriormente: a identidade é um processo historicamente novo, ligado à emergência do sujeito. Isso implica que o indivíduo tem de ser reflexivo, questionando tudo e a si mesmo, principalmente. A reflexividade envolve o estilçamento das certezas, pondo em dúvida tudo aquilo tomado como sendo definido, certo e assegurado (Cf. KAUFMANN, 2004).

Em seu estudo sobre a depressão, Ehrenberg (2010b) mostrou como essas manifestações psíquicas vivenciadas como sofrimentos, de características específicas – que são cada vez mais, comuns, debatidas por especialistas e, disseminadas pelas mídias – são engendradas pelo momento contemporâneo. O núcleo da socialização passou a ser a capacidade de agir por si mesmo e os princípios de regulação do comportamento são menos determinados pelas disciplinas coletivas, devendo ser fornecidos pelo próprio indivíduo. O imperativo de realizar-se, de construir sua identidade pessoal, de ser autêntico, de superar-se,

de ser performático fez com que a vida se transformasse numa “doença identitária crônica” (EHRENBURG, 2010b, p.189) tratada com psicotrópicos cada vez mais avançados e sofisticados e também problemáticos, além de inúmeros tipos de terapias.

As novas normas de ação implicam que o indivíduo tem que ser forte, responsável, tomar iniciativas, realizar decisões constantes, escolher entre uma multiplicidade de opções, às vezes contraditórias, encorajando a prática de autotransformação. Os tipos de respostas oferecidos aos problemas postos aos indivíduos são múltiplos, nas formas de auxílio contínuo ao longo de suas vidas: terapias, literatura de autoajuda, medicamentos, grupos de ajuda mútua, etc. Eles visam habilitar os indivíduos a *agir por si mesmos e transformarem-se a si mesmos com base em suas próprias forças* (EHRENBURG, 2010b, p. 227).

Roehe (2004) faz algumas considerações que ajudam a esclarecer as circunstâncias das motivações daqueles que procuram a ajuda de *Neuróticos Anônimos*:

Uma nova socialização tem início quando os problemas vivenciados não mais se isolam ou promovem sentimentos de desvio, mas agregam. Ingressar em N/A transforma um modo de ser fundador de uma solidão desde dentro, uma solidão no problema e não apenas por causa dele, em um traço repatriador. (...) o elemento de apoio gerador de maior benefício para os integrantes é o encontro de pessoas com problemas similares (ROEHE, 2004, p. 13).

Conforme mencionei, as circunstâncias que configuram os problemas pessoais dos integrantes de *Neuróticos Anônimos* segundo relatadas por eles são bastante heterogêneas. A princípio, a identificação entre aqueles que buscam o auxílio da associação ocorre naquilo que se constitui como uma “preocupação consigo mesmo”. A participação na associação engendra a socialização dos membros, possibilitando ao participante individual realizar diferentes transações identitárias com os outros participantes.

Mead (1968) e Goffman (2009) compreenderam a identidade como um processo interacional e dinâmico, resultado duma negociação permanente com os outros, envolvendo o *aprendizado* social ininterrupto e sempre incompleto ao longo da vida.

Goffman (2009) considera o “eu” como um ator, significando que ele tem a capacidade de aprender. O autor (1975) compreendia como *identidade social* as grandes categorias sociais a que o indivíduo pode pertencer de modo claro como geração, sexo, classe, regimento, etc. E a *identidade pessoal* é por ele sugerida como uma unidade orgânica

constituída a partir do conhecimento de sua vida e dos atributos sociais identificados por outros, organizando-se em torno das marcas distintivas como o nome e a aparência. Mas, nessa definição, o autor sublinhou a importância dos *quadros sociais* e dos *atributos materiais*, deixando de lado a dimensão subjetiva experimentada e expressa pelo indivíduo que confere sentido à sua própria situação e às suas ações¹⁶ (Cf. GOFFMAN: 1975).

Dubar (2009, p. 235), assim como outros autores, considera que a identidade é constituída como um produto das socializações sucessivas sendo, portanto, algo que se constrói durante a vida toda. Desse modo, ela não se reduz a pertencimentos culturalmente herdados nem a categorias previamente existentes ao nascimento do indivíduo, devendo ser compreendida como *um processo* envolvendo o aprendizado incessante pela ação compartilhada com outros.

O autor compreende a *identidade pessoal* como esse processo fundado na crença de uma experiência de vida traduzível em narração, seja ela constituída com base na ideia de continuidade de uma linhagem ancestral, da história familiar ou ainda, da edificação do novo permitindo ao indivíduo criar projetos de vida originais por meio de reinterpretações de si mesmo e do mundo, a partir das quais ele pode dar formas inéditas à sua trajetória subjetiva que não se reduz a uma trajetória social objetivada (Cf. DUBAR, 2009). Considerando isso, para o interesse desta pesquisa destaca-se o depoimento individual e a narrativa, como matéria de construção e reformulação identitária, pela qual o membro de *Neuróticos Anônimos* constitui uma história para si que tem, sobretudo, um sentido pessoal e existencial.

Dubar (2009, p. 198) sugere que as crises existenciais (ou as pequenas e grandes depressões), também podem ser consideradas como crises identitárias “porque perturbam a autoimagem, a autoestima, a própria definição que a pessoa dava ‘de si para si mesma’”. Para superar sua própria crise é necessário ao participante de *Neuróticos Anônimos* poder mudar de referências, modelos, crenças e valores, transformando-se a si mesmo.

Considero que é justamente por estarem inseridos num processo de socialização societária (*Vergesellschaftung*) que aqueles que buscam o auxílio de *Neuróticos Anônimos* podem construir na participação um *projeto pessoal*. A dinâmica das reuniões dos grupos, baseada na ajuda mútua pela troca de experiências, solicita a seus integrantes a construção de uma *identidade narrativa*, envolvendo momentos de reflexividade e de elaboração subjetiva, assim como verbalizações partilhadas com os outros membros. Ou seja, ela exige uma

¹⁶ Goffman (1975, p. 116) chama esse aspecto de *identidade do eu* que é uma questão subjetiva e reflexiva experimentada pelo indivíduo, não sendo por ele problematizada nas suas análises sobre as negociações interacionais.

construção autônoma na qual a colocação de si em palavras busca *dar sentido* à própria história, sobretudo, *para si mesmo* (Cf. DUBAR, 2009).

A emergência da identidade pessoal como um *valor social* (DUBAR, 2009, p.228) também torna possível que a individualidade seja expressa como um processo de aprendizado da expressão de si pela participação nas atividades da associação de ajuda mútua *Neuróticos Anônimos*, envolvendo a construção de vínculos sociais originais, de novos pontos de referência e a formulação de novas convicções.

O Programa de recuperação de *N/A* fornece diversos *recursos de identificação* (Cf. DUBAR, 2009, p. 71) que o membro deve aprender a mobilizar de modo eficaz. Esses recursos podem ser capacidades de linguagem, utilização de palavras, expressões e referências, permitindo ao participante colocar em ação estratégias, mais ou menos complexas, de identificação dos outros e de si mesmo¹⁷. Eles também possibilitam a construção de narrativas de múltiplos contornos: de caráter experimental (Cf. KAUFMANN, 2004, pp. 131-149) ou de tendências unificadoras, constituído um projeto de vida que busca tecer linhas de continuidade e de coerência para a história pessoal e expressão de si (Cf. DUBAR, 2009, p. 225).

De acordo com Dubar (2009, pp. 204-206), o sujeito “em crise” é também um sujeito social, sendo possível a ele encontrar uma nova definição dele mesmo e, portanto, dos outros e do mundo. A reconstrução de uma nova identidade pessoal ocorre não apenas porque há uma alteração no estatuto objetivo do sujeito, mas, porque ele precisa criar subjetivamente relações originais, além daquelas com os outros e a preservar a continuidade entre seu passado, seu presente e seu futuro.

¹⁷ Dubar (2009, p. 71) sugere que os recursos de identificação não estão dissociados de capacidades relacionais que possibilitam a descoberta dos outros, a administração de cooperações e conflitos além de competências biográficas que se referem ao aprendizado de si, a colocação de si em narrativa mediante a retomada das identificações passadas da vida do indivíduo que possibilitam a ele construção de sua identidade pessoal. Este trabalho não mobilizou a tipologia das configurações identitárias propostas pelo autor porque o material empírico coletado, especificado anteriormente, demonstrou ser demasiado limitado para um aprofundamento analítico desse porte. Esclareço que o objetivo deste trabalho foi demarcado de modo mais simples, buscando circunscrever mais *o tipo de relação* que o integrante de *Neuróticos Anônimos* estabelece com a participação na associação e com outros membros e como isso o auxilia na superação de seus problemas.

Primeira Parte

Uma visão geral da associação de ajuda mútua *Neuróticos Anônimos* – *N/A*

Como conciliar as duas coisas – um movimento não organizado que, no entanto, pode criar, e cria uma organização de serviços? (...) **Grande sofrimento e grande amor são os disciplinadores de *N/A*, não precisamos de quaisquer outros** (“NONA TRADIÇÃO”, *N/A*, 2013a, p. 77 – grifos originais).

A associação de ajuda mútua *Neuróticos Anônimos* é constituída por grupos pequenos e relativamente autônomos espalhados em diversos lugares do mundo. Cada um é articulado a um escritório de base nacional que se liga à central de *N/A* situada nos Estados Unidos, integrando essa associação em âmbito internacional.

O grupo de *N/A* é considerado uma célula mãe da associação. Cada grupo organiza o seu próprio Comitê de Serviços para tarefas regulares mantendo-o funcionando. Dele se elege um representante que se vincula ao UNA (Unidade dos Grupos de *Neuróticos Anônimos*). Sua finalidade é integrá-lo aos demais grupos de uma região para que não opere isoladamente.

Os UNA's se ligam diretamente ao escritório nacional ENABRA (Escritório de Serviços Gerais dos Neuróticos Anônimos do Brasil) e também a seu escritório regional. Atualmente, há seis escritórios regionais distribuídos nas principais capitais do país: o ENASP de São Paulo (SP), ENAERJ do Rio de Janeiro (RJ), ENABEL de Belo Horizonte (MG), ENARGS de Porto Alegre (RS) além daqueles situados em Santos (SP) e Ipatinga (MG).

Na atualidade, em território brasileiro, é estimada a existência de cerca de quatrocentos grupos, contando com reuniões regulares e participação média de vinte a vinte e cinco integrantes cada um. Há vários deles espalhados em endereços situados na cidade de São Paulo: dois na região Central, oito na Zona Leste, quatro na Zona Norte, quatro na Zona Oeste, e cinco na Zona Sul. Assim, na época de execução da pesquisa constatee um total de vinte e três grupos com reuniões presenciais regulares na capital paulista¹⁸.

¹⁸ Este levantamento foi feito a partir dos endereços que constam no *website* de *Neuróticos Anônimos*. Cf. *Neuróticos Anônimos*. Disponível em: <http://www.neuroticosanonimos.org.br/grupos-em-sao-paulo.html> (Acesso em maio de 2015)

A frequência às reuniões de *Neuróticos Anônimos* é gratuita e livre e, em termos gerais, não há grande controle de presença nos grupos, além daquele realizado na recepção de novatos. Os grupos têm um livro de registro de presença que fica logo na entrada, mas, dependendo do grupo, nem todos assinam. Nas assinaturas, os membros utilizam apenas um nome simples já que confidencialidade na participação é orientada pelo princípio de anonimato.

Em *N/A* não há especialistas ou profissionais incumbidos da função de aconselhamento e a dinâmica de seu funcionamento ancora-se na ajuda mútua pela troca de experiência de seus membros. Ademais, todos os encargos referentes aos procedimentos necessários para a manutenção e funcionamento de cada grupo são assumidos por seus próprios integrantes.

A associação fundamenta-se na autonomia ante outras instituições, operando com base na autogestão. Não visando o lucro, os grupos são autossuficientes financeiramente, mantendo-se pelas doações espontâneas de seus próprios membros e da venda de sua literatura¹⁹. O dinheiro arrecadado é utilizado para auxílio da manutenção das despesas essenciais de seu funcionamento e para a expansão do trabalho da associação²⁰.

Comunicação, circulação de informações, divulgação de *N/A*

A comunicação e a circulação de informações entre os membros dos grupos ocorrem por meio de publicações impressas, livros, revistas e CD's de áudio, além da promoção de eventos, Assembleias e Congressos, organizados em nível nacional e internacional, os quais são também divulgados pela página da *Internet* na qual se encontra ainda um vídeo de dez minutos destinado a informar ao público geral sobre a existência do *N/A*, seu Programa de

¹⁹ Os principais títulos dessa literatura serão mencionados no decorrer deste trabalho. São livretos encadernados em espiral contendo apenas textos. Custavam R\$ 21,00 cada à época de realização da pesquisa. Outras publicações mais simples eram vendidas por R\$ 7,00 e R\$ 13,00. É comum que os membros emprestem entre si a literatura adquirida.

²⁰ A cada reunião o valor arrecadado é contabilizado na mesma ocasião e revelado aos presentes. Nos grupos em que participei, o valor variou em função da quantidade de pessoas na sala e não pude atribuir nenhuma correlação ao nível socioeconômico dos participantes. Assim, por exemplo, independentemente do grupo, se havia 15 participantes na sala o valor arrecadado ficava em torno de R\$ 39,00. Quando no encontro contou com 30 participantes, esse valor dobrou exatamente. Mas, de modo curioso, quando a participação diminuía para 8 ou 10 membros (o que ocorreu com alguma frequência num dos grupos) o valor arrecadado se mantinha mais alto em relação ao número de pessoas na sala. Aponto ainda que alguns grupos de *N/A* têm mais de uma reunião semanal e, nesses casos, eles recolhem valores totais maiores, podendo, inclusive, repassá-los a grupos que passam por dificuldades financeiras.

Recuperação da Doença Mental e Emocional e seu funcionamento²¹, além de um formulário para contato e endereços, telefones/fax e *e-mails* para comunicação com seus escritórios.

Pelo *site* de *Neuróticos Anônimos*, é possível acessar diversas informações: depoimentos de participantes, indicações de literatura e trechos de textos retirados dela, *filosofia*, endereços dos grupos, informações para a assinatura da **Revista Novos Horizontes**, *quem somos*, história, divulgação de eventos e contatos. Também há indicação de contato para a aquisição de assinatura da Revista e compra da literatura do grupo que pode ser encomendada por carta ou *e-mail*. Constam também os *links* para as reuniões virtuais do grupo *on-line Caminho Novo*²² realizadas numa sala de bate-papo da *Brasil Chat*, e para inscrição na listagem de *e-mails* hospedada pelo *Google Groups*.

A **Revista Novos Horizontes**, de publicação trimestral, é produzida em território Nacional e se destaca dentre as outras publicações por veicular os depoimentos enviados voluntariamente por membros da associação²³, alguns dos quais são dispostos no *site* de *N/A*. A tiragem de cada edição parece depender do orçamento disponível, variando entre quinhentos a mil exemplares. Elas contêm aproximadamente de dezoito a trinta relatos por exemplar²⁴.

Tradicionalmente, os grupos anônimos baseiam-se, desde sua origem, nos contatos pessoais e no círculo social de seus próprios integrantes, para atrair novos membros. Uma de suas tradições é o anonimato perante a mídia: “*Nossas relações com o público baseiam-se na atração em vez da promoção; cabe-nos sempre preservar o anonimato pessoal na imprensa, no rádio e em filmes*”²⁵.

Durante a pesquisa constatei que além do avanço de difusão pela *Internet*, as associações de ajuda mútua têm registrado diversas formas de visibilidade midiática nos últimos quinze anos. Ferreira (2012) sugere que, mesmo quando não há empenho direto dos

²¹ O vídeo presente na página da *Internet* é cópia de DVD produzido pelo Escritório de Serviços Gerais dos Neuróticos Anônimos do Brasil (ENABRA) postado via *YouTube*. Disponível em: <http://www.youtube.com/watch?v=op4WBwoCz0#t=52> (Acesso em jan. 2014).

²² O *Caminho Novo* é o único grupo de *Neuróticos Anônimos online* reconhecido oficialmente pelo Escritório de Serviços Gerais do Brasil (ENABRA) assim como a listagem de *e-mails* referida neste trabalho, não havendo outras formas de divulgação similares na mídia em geral que sejam por ele endossadas.

²³ Essas revistas são pequenas brochuras impressas em material simples e somente as suas capas são produzidas em material especial ilustrado, sendo vendidas por R\$ 8,00.

²⁴ Esses dados referem-se às publicações de números: 54, 58, 60, 61, 62, 63, 64 e 65, cujos títulos constam na bibliografia deste trabalho.

²⁵ Décima Primeira Tradição. Cf. Anexo D: As Doze Tradições de *Neuróticos Anônimos*.

grupos anônimos, tal difusão tem ocorrido pelo próprio dinamismo de integração deles à cultura atual, por intermédio de sua divulgação nas mídias²⁶.

Nos grupos que frequentei, muitos relataram conhecer *N/A* pelo próprio trabalho de divulgação da associação, do qual se destaca um panfleto²⁷ distribuído gratuitamente, inclusive em outros grupos anônimos, igrejas, clínicas e hospitais. Esse panfleto tem o título: *Você sofre de depressão?* Nele é indicado o *site* de *Neuróticos Anônimos* e o número de telefone para contato com a associação. Em seu conteúdo há um teste de saúde mental e emocional com questões como: *Você se sente diferente ou 'deslocado' quando está com outras pessoas? Você assume mais responsabilidades do que pode? Tem uma atitude de tudo ou nada? A tensão, a ansiedade e a preocupação afetam seu trabalho? Você sente que outras pessoas não o compreendem ou não compreendem os seus problemas?* Além disso, constam informações básicas a respeito da associação e sobre a ajuda gratuita oferecida pelo Programa de Recuperação de *N/A*.

Numa reunião que acompanhei em *Neuróticos Anônimos*, um visitante ao grupo apontou que ficou sabendo da associação por meio de uma matéria sobre tristeza, publicada na *Revista Superinteressante*,²⁸ e, buscando pelo *site* da associação, identificou-se com um depoimento sobre a depressão que ali consta, com os dizeres: *não sei se existe céu, mas sei que o inferno existe*.

No período desta investigação, constatei que o *site* também é atualizado com regularidade, tendo havido um especial investimento da associação na publicação de textos sobre *depressão* e *ansiedade*. Depois da última atualização feita, de textos sobre esses assuntos, achei bastante notável ter havido um acréscimo do número de visitantes nas salas dizendo que procuravam algum tipo de auxílio para *pessoas depressivas* na *Internet* e como resultado de uma pesquisa no *Google* encontraram o *site* da associação onde puderam pegar o endereço do local da reunião.

²⁶ Ferreira (2012) realiza em seu estudo uma análise detalhada da aparição dos grupos anônimos em programas televisivos, como novelas, jornais e *shows* de TV brasileiros (Globo Repórter, Jornal da Record, Programa Livre, Fantástico, etc.), assim como em filmes internacionais (*Fight Club* e *Entre Las Piernas*, ambos de 1999), entre outros, além de algumas publicações da mídia impressa. Além desses, é possível apontar a música de autoria do cantor brasileiro Renato Russo (1960-1996) intitulada “*Só por hoje*” que menciona lemas dos grupos anônimos.

²⁷ Cf. Anexo A: Cópia do panfleto de distribuição gratuita de *Neuróticos Anônimos*.

²⁸ Localizei a edição mencionada, cuja matéria de capa aborda o assunto em seu conteúdo, a partir de depoimentos de pessoas que vivenciaram a depressão e do debate com opiniões de especialistas sobre a diferença entre ela e a tristeza comum, indicando diversos tratamentos terapêuticos, *N/A* entre eles, além de uma listagem de medicamentos disponíveis e títulos de livros sobre a depressão. Cf. SUPERINTERESSANTE. *Como lidar com a tristeza*, junho de 2013. Acesso em abril de 2015. Disponível em: <<http://super.abril.com.br/cotidiano/como-lidar-tristeza-753437.shtml>>.

O texto atualizado sobre depressão foi postado em substituição de outro sugerindo que *a depressão é um defeito de caráter*²⁹. Considero seu conteúdo mais ajustado ao empenho da associação, de difusão de sua atuação perante profissionais da área da saúde. *Neuróticos Anônimos* tem realizado trabalhos regulares de divulgação junto a hospitais e clínicas. Em um dos grupos de que participei houve procura bastante acentuada por jovens, de dezesseis a vinte e nove anos, que disseram ter recebido, de seus terapeutas ou psiquiatras, a indicação sobre o grupo.

Em período recente, a associação também tem divulgado seus princípios e atividades pela manutenção de perfis próprios, em redes sociais como *Twitter*³⁰ e *Facebook*³¹, além de ter alguns vídeos veiculados no *YouTube*.

Considerações sobre os grupos e a participação em N/A

Muitos estudos brasileiros dedicados aos grupos de ajuda mútua, compondo um leque de possibilidades interpretativas precursoras, criativas e críticas, tem sido de valiosa contribuição à sua compreensão (Cf. ARAÚJO, 2007; BUENO, 2008; CAMPOS, 2005; CARDOSO, 2006; FERREIRA, 2012; LUCCAS, 2015; MONTEIRO, 2002; PROCÓPIO, 2007; TADVALD, 2006). Porém, eles exploram pouco os diferentes níveis possíveis de envolvimento dos integrantes com as atividades da associação da qual fazem parte.

Tomar *o (s) grupo (s)* como unidade (s) de análise pode implicar compreendê-los como entidades discretas, o que faz supor explícita ou implicitamente um conjunto de propriedades compartilhadas por seus membros. Assim, a motivação e o empenho dos participantes podem ser considerados como sendo supostamente homogêneos, seja em vista do objetivo do Programa (parar de beber ou de contrair dívidas, por exemplo) ou dos laços de solidariedade constituídos entre membros, tendo como consequência a indistinção das diferentes formas de engajamento subjetivo e/ou prático com as atividades da associação.

O estudo de Tadvald (2006) aponta a existência de *hierarquias* no AA e no Al-Anon o que considera serem figuras de *autoridade* nessas associações. O autor as caracteriza, ora

²⁹ O texto excluído do *site* de *Neuróticos Anônimos* com “a lista de sentimentos e defeitos de carácter que podem caracterizar a existência da depressão” foi por mim acessado ao longo do ano de 2014. Ele consta no Anexo B. O texto atualizado no primeiro semestre de 2015 em substituição ao anterior consta no Anexo C.

³⁰ A postagem mais antiga do *Twitter* da associação é de setembro de 2009. Em dezembro de 2015, constatei 176 seguidores desse perfil. Cf. Disponível em: <https://twitter.com/neuranonimos> (Acesso em dezembro de 2015).

³¹ O perfil de *Neuróticos Anônimos - Brasil* no *Facebook* tem sua primeira postagem datada de 4 de julho de 2014, contando com 814 curtidas em dezembro de 2015. Há outros perfis da associação nessa rede social, representando grupos existentes em cidades brasileiras e outros países como o México. Porém, é verificável que nem todos são perfis oficiais de N/A.

pelas representações de gênero presentes nos discursos dos integrantes, ora pela função desempenhada nas reuniões, ou ainda, pelo tempo de participação nos grupos. Mesmo que sejam identificadas essas distinções entre os membros, caberia estabelecer melhor uma diferenciação entre elas, sobretudo, quanto ao fundamento referente ao aspecto do tempo de experiência de participantes apontado pelo autor.

Há diferentes possibilidades de participação nas associações de ajuda mútua e verifica-se um fluxo grande de circulação de indivíduos, tanto na visita dos grupos como na participação entre os diversos grupos anônimos. Esse aspecto foi também verificado por Ferreira (2012), em estudo realizado junto aos grupos de ajuda mútua ligados às questões sexuais e amorosas. A antropóloga trabalha com diversos depoimentos de membros de grupos como o DASA, CODA, Devedores Anônimos, etc., que também fazem menção de frequência, simultânea ou não, ao *N/A* e a muitos outros grupos, estabelecendo verdadeiras *redes* entre eles. Historicamente, **Alcoólicos Anônimos**, *Narcóticos Anônimos* e *Neuróticos Anônimos*, foram os grupos que antecederam os grupos voltados para adição de sexo e amor,³² assim como outros que surgiram depois, cada um dirigindo-se a um foco específico.

Ferreira (2012) utilizou como alternativa à imprecisa noção de *grupo* um recurso metodológico ancorado na noção de *fluxos*. Isso possibilitou à pesquisadora *seguir* os sujeitos nas suas movimentações entre os diferentes grupos. Porém, ela dedica-se mais à horizontalidade de participação entre os grupos.

Assim, para os objetivos desta pesquisa, não foi necessário proceder do mesmo modo seguindo os sujeitos na participação em outros grupos. Entretanto, considerar a existência da possibilidade de constituição de múltiplos envolvimento simultâneos pelos sujeitos que participam também de *Neuróticos Anônimos* foi de grande auxílio para minha compreensão dos diferentes graus e tipos de comprometimento com as atividades dessa associação. Por isso, cabe realizar algumas considerações preliminares a esse respeito.

No decorrer deste trabalho, ao designar *grupos*, estarei me referindo aos *indivíduos presentes na sala, local de reunião*. Assim reunidos, eles são os *participantes, integrantes, frequentadores ou membros* de *Neuróticos Anônimos*. Eles se integram nas diferentes atividades e eventos promovidos pela associação, mas principalmente, nas salas das reuniões semanais.

³² Segundo consta no trabalho de Ferreira (2012), os integrantes dos grupos que analisa relataram sentirem-se constrangidos para expressar-se sobre a temática da sexualidade no *N/A*; por isso, muitos deles fazem parte ao mesmo tempo de dois ou mais grupos com seus focos distintos.

Já que é possível frequentar regularmente mais de uma sala ou local de reunião, algumas vezes o emprego da palavra grupo neste trabalho pode ser compreendido como sendo sinônimo da própria *associação de ajuda mútua Neuróticos Anônimos*. Há diferentes graus possíveis de comprometimento com suas atividades. A participação depende do compromisso voluntário, assumido individualmente e de acordo com a vontade de cada um.

Em cada grupo de *N/A*, pode-se notar um número em torno de quatro a seis participantes comparecendo a quase todas as reuniões e se revezando nas tarefas de organização. São os membros que aqui indico como *servidores*. Eles são indivíduos geralmente com vários anos de experiência na associação, marcando presença assídua às reuniões estando envolvidos noutras atividades, como reuniões de serviço, palestras e congressos, às vezes frequentando simultaneamente mais de um grupo de *N/A* e/ou de outra associação (como *AA* ou *Al-Anon*).

Mais familiarizados com os princípios e funcionamento dos grupos de *N/A* e estando em contato com um círculo mais amplo de participantes, os servidores veiculam em seus depoimentos ideias e noções mais representativas da associação. Eles exibem maior domínio do repertório de experiências compartilhadas nos grupos, atualizando a memória do convívio na associação e seus princípios. São aqueles que demonstram o engajamento mais expressivo com *Neuróticos Anônimos*. Embora o envolvimento individual com a associação seja espontâneo e de caráter fluido em termos concretos, considerados em conjunto, os servidores constituem a própria base de funcionamento de cada grupo, já que assumem compromissos desempenhando tarefas fundamentais dentro dele.

A Segunda Tradição de *Neuróticos Anônimos* compreende a formação de lideranças na associação: *Somente uma autoridade preside, em última análise, ao nosso propósito comum – um Deus amantíssimo que se manifesta em nossa consciência coletiva. Nossos líderes são apenas servidores de confiança; não tem poderes para governar*³³ (*grifos meus*). E a literatura de *N/A* esclarece a esse respeito:

Somos capazes de distorcer a ideia tradicional dos **“princípios antes das personalidades”** a tal ponto **que não haveria “personalidade” alguma na liderança**. Isso redundaria (...) em autômatos impessoais tentando agradar a todos. (...) “Os nossos líderes não dirigem por mandato, lideram pelo

³³ Cf. Anexo D: As Doze Tradições de *Neuróticos Anônimos*. As Doze Tradições versam sobre alguns princípios básicos de funcionamento de *Neuróticos Anônimos* e são herdadas de *Alcoólicos Anônimos*. As explicações para cada tradição têm, entretanto, características próprias, de acordo com a interpretação de cada uma dessas associações.

exemplo” (...) Um líder no serviço de N/A é, portanto, um homem (ou uma mulher) que pode pessoalmente colocar princípios, planos e normas em ação de maneira tão dedicada e efetiva que leva o resto de nós a querer apoiá-lo e ajudá-lo na sua tarefa. (...) Portanto, quando falamos de liderança em N/A, somente declaramos que deveríamos selecionar essa liderança na base de obter o melhor talento que pudermos encontrar (“SEGUNDA TRADIÇÃO – Trecho extraído e adaptado do IX Conceito – Doze Conceitos, para serviços mundiais de AA”, N/A, 2013a, pp. 56-59 – **grifos originais**).

Apesar disso, deve ser apontado que como é entendido que o próprio relatar das experiências pessoais constitui uma contribuição para outros, a presença regular às reuniões é vista como uma *prestação de serviço*. Envolvendo-se ou não em outras tarefas organizacionais da associação que, inclusive, transcendem as reuniões semanais, todo integrante pode considerar-se e ser considerado um servidor. Nas reuniões, os membros comumente afirmam, pela fala, a manutenção do compromisso com a ajuda a outros.

De fato, a concepção de recuperação em *Neuróticos Anônimos*, compreendida como um processo contínuo, implica que a manutenção da regularidade de cada um às reuniões da associação tenha como efeito a manutenção do bem-estar individualmente alcançado³⁴. A outra face da mesma moeda é que todo participante é transformado num ativista da associação. A compreensão da *recuperação como um projeto inacabado* (ROEHE, 2003, p.7), estimula a permanência em N/A, colaborando para a manutenção da ajuda mútua sem a qual o grupo pode vir a extinguir-se.

Entretanto, cabe salientar que *os servidores* têm participação distinta, inclusive reconhecida por outros membros. Isso pode ser demonstrado pelo depoimento de um integrante que faz menção explícita aos servidores do grupo dirigindo-se a eles por *seus nomes*:

Eu estou há pouco tempo na Programação e já sinto alguma melhora (...) então eu queria expressar hoje a **minha gratidão aos companheiros mais dedicados** que mantêm a sala aberta pra acolher quem chega aqui: **Marinete, Juliano, Anita, Reinaldo, Camilo, Maria**. E eu sou grato a vocês por estarem aqui me ouvindo (Artur).

A servidora que coordenava a mesa retomou sua fala, ruborizada e aos tropeços. A menção direta deixou os servidores sem jeito, mas, percebia-se neles a expressão de uma satisfação pessoal que, de um modo ou de outro, foi depois manifesta no momento de seus

³⁴ Aspecto herdado do Programa de **Alcoólicos Anônimos**.

depoimentos. Em outro grupo, um participante agiu de modo semelhante ao anterior, porém mais discretamente:

Gratidão é coisa que eu sinto por determinadas pessoas, é o que me manteve aqui no N/A (...) Então eu só posso agradecer a vocês, aos fundadores do Programa, aos que mantêm a sala viva aqui. **Tem sempre aquelas pessoas assim mais dedicadas** né. Em especial obrigado a elas **[aponta com olhar para a direção da mesa e onde estão sentados servidores]**. Eu gostaria até de ajudar mais e para isso eu vou querer estar sentado aqui também. Mas quanto a fazer algo da coordenação, para isso precisaria estar melhor, mais equilibrado (Isaías).

Os servidores dão depoimentos em todas as reuniões. Isso quer dizer que, ao longo dos encontros, eles têm uma participação marcante, embora não haja desigualdade acentuada em relação à frequência de fala de outros membros não servidores. Mas isso depende do compromisso assumido por cada participante em relação à frequência de presença no grupo. Não monopolizando uma grande proporção do tempo destinado à totalidade dos depoimentos, percebe-se que os servidores tendem a ceder espaço entre eles, principalmente nas ocasiões em que há um número maior de novatos e presentes na sala. Desse modo, em geral, apenas três deles costumam dar depoimentos no mesmo encontro.

Nas reuniões de *Neuróticos Anônimos* há uma grande flutuação de presença dos membros. É possível a alguns frequentarem regularmente outros grupos de *N/A*, não sendo fiéis a um único local de encontro. Outra possibilidade comum é que os indivíduos que frequentam mais esporadicamente *N/A* sejam compromissados com grupos com outros focos específicos, que, para eles, é de participação prioritária, como **AA**, **Al-Anon**, **MADA** ou outros. Um participante reflete sobre questões envolvidas na múltipla participação:

Em São Paulo, tem grupos todos os dias, né. Grupos de *N/A*... Grupos vão surgindo né. Todos os tipos de opções, de problemas de *Internet*, de sexo, de relacionamento, cigarros, jogos, comida. Então, imagine: eu estou de repente num momento aí que estou com algum sofrimento. Aí eu vou querer conhecer todos esses grupos, sabe? Aí vai chegar num determinado momento em que eu vou querer fincar raízes nesses grupos né. Aí o que vai acontecer: eu não vou conseguir estudar direito, eu não vou viver uma vida sadia porque **eu vou estar só vivendo em função das minhas compulsões, pra me tratar. Ou vou estar só pensando em grupo. O grupo é bom quando ele tem uma dosagem.** Então eu já vi numa Programação que fala: foca num ou dois grupos ou problemas que a pessoa tá atravessando, e **foca de fazer de fato.** Praticar os Doze Passos e as Doze Tradições. Que feitas de uma maneira assim profunda, não vai haver necessidade de estar sendo escravo de mais grupos. Então só falando assim que eu acho que é interessante assim quando a pessoa não conhece o grupo, de ela estar buscando conhecer. Mas a partir do momento em que ela conhece, tentar focar né. Eu fico contente com esse grupo aqui porque no passado já oscilou muito. Oscilou de estar com

cinco pessoas, dez pessoas. E hoje olha como é que tá aqui. É importante focar (Leandro).

Conforme Leandro observa, não há como se aprofundar na Programação dos grupos anônimos se a participação não for minimamente direcionada. Isso porque viver em função das compulsões (participar de muitos grupos, inclusive) como ele diz, é antítese da própria proposta de tratamento, que envolve *o comprometimento como parte do processo de recuperação de um problema vivenciado*. O envolvimento focalizado relaciona-se também à maior disponibilidade para o comparecimento regular às reuniões e a dedicação ao estudo da literatura.

Alternativamente, é possível ao integrante passar períodos, às vezes longos, em afastamento dos encontros, retomando depois a participação. Também notei que alguns estão frequentando a associação há tempos, entre três e dez anos, mantendo frequência regular às reuniões, mas, com algum espaçamento de presença. Nos grupos, algumas vezes ouvi dizerem que alguém que costuma ter frequência assídua não comparecia por estar em depressão, esperando-se que retornasse em algum momento.

Alguns participantes de *Neuróticos Anônimos* referem-se em seus depoimentos aos outros grupos anônimos, principalmente **AA**, como sendo a mesma *Irmandade*, indicando, sobretudo, o fato de compartilharem princípios e valores fundamentais. Em *N/A*, membros relatam que ao viajarem para outras cidades onde não encontram esses grupos, participam das reuniões do **AA** *para não se afastarem da Programação*. Os seguintes depoimentos ilustram essa questão:

Eu viajo muito a trabalho e eu nunca me afastei das salas. Se não tem, vou ao **AA**, pois aprendi a evitar o primeiro gole aqui no *N/A* e as emoções foram ficando controladas (...). E dentro das minhas possibilidades presto serviço à Irmandade. Sem escolher o serviço faço o que for mais necessário e procuro colaborar (Jussara).

Eu vou dizer uma coisa pra vocês: não estou tendo mais o tempo que tinha antes, nem tanta disposição pra ficar vindo aqui na Irmandade. Se eu for vai ter que ser em **AA** mesmo porque não é em toda cidade que tem *N/A*. Mas, eu sinto falta daqui! Aqui no *N/A* é meu lugar! Porque eu sou impotente perante minhas emoções. Meu marido me pergunta: “mas por que você é assim?”. Ele não consegue entender que eu sou impotente perante minhas emoções! É como o primeiro gole, né? É a primeira emoção: vem mesmo! E é difícil! (Kelly).

O que chama a atenção nos depoimentos de Jussara e Kelly é o fato deles indicarem mulheres participando de AA³⁵, uma associação que, no Brasil, tem sido descrita como predominantemente de membros masculinos. As duas participantes não demonstraram nenhuma inibição ao dizerem frequentar AA. Ao contrário, como se pode apreender por seus relatos, para elas é como se estivessem em *Neuróticos Anônimos*.

Os locais de reunião recebem muitos *novatos*, isto é, indivíduos que visitam o grupo pela primeira vez manifestando interesse em conhecer N/A. Nos grupos frequentados, pude notar que grande parte dos novatos não retornou outras vezes e os iniciantes continuaram frequentando o grupo apenas por curto período de tempo. Em conversa, uma servidora disse-me sobre esse assunto:

Às vezes eles veem aqui e **ainda não estão prontos**. Mas sabemos que quem vem aqui recebeu a mensagem e um dia poderá voltar. Talvez não nesse, mas noutro grupo (Anita).

A fala de Anita é interessante porque, embora a participação seja espontânea, ela supõe que o sujeito deve estar disposto a assumir determinado *compromisso com ele mesmo*, o de superar a sua *neurose*.

Anita iniciou a participação no Al-Anon por motivo do alcoolismo do irmão, passando depois a integrar *Neuróticos Anônimos* quando estava submetida a tratamento psiquiátrico para depressão. Ela tem em torno de 38 anos e está há aproximadamente quatro participando de N/A sendo a servidora de menor tempo no grupo (a maioria tem de dez a vinte anos de participação). Ela também já foi membro de outras associações como CODA e CCA³⁶. Hoje, é bastante ativa e compromissada com as atividades de N/A, sendo este seu foco prioritário de participação. No grupo, quando não estava coordenando a mesa, pude observá-la incansavelmente ocupada com alguma coisa como a venda de literatura, distribuição de panfletos e orientações a novatos, passando recados, pegando biscoitos no armário, recolhendo copos plásticos, etc. Acho que tentava, com seu empenho todo, compensar o fato de não dar depoimentos nas reuniões. Apesar disso, pude constatar que seu esforço demonstrado é acentuadamente reconhecido por todos no grupo.

³⁵ Sobre aspectos sociais e culturais envolvidos no aumento da participação de mulheres no AA brasileiro, Cf. LUCAS, Vivian Nara Bracco. *A delicadeza dos meus sentimentos: a dependência alcoólica feminina representada por homens e mulheres em processo de recuperação alcoólica*. 2015. 236f. Dissertação (Mestrado em Ciências) – Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, Universidade de São Paulo, São Paulo, SP.

³⁶ Codependentes Anônimos (CODA) e Comedores Compulsivos Anônimos (CCA).

Outro caso interessante de participação mais comprometida e relativamente jovem no mesmo grupo de Anita é o da servidora Marinete. Ela tem aproximadamente 43 anos e, sua trajetória de participação também se iniciou pelo Al-Anon por motivo do alcoolismo do marido. Ela passou a integrar *Neuróticos Anônimos* há cinco anos, constituindo hoje, o seu foco prioritário. Ela é um dos membros mais engajados nas atividades da associação assumindo, inclusive, atribuições junto ao escritório paulista de N/A, o ENASP.

Outros servidores mais antigos do mesmo grupo registram cerca de vinte anos na associação e já não demonstram mais o mesmo engajamento enérgico que membros jovens e dedicados como Anita, Marinete entre outros, o que me levou a considerar que o nível de compromisso com o grupo de N/A – que não deixa de ser a da responsabilidade assumida individualmente por cada um *pela própria recuperação* – é o que estabelece no cotidiano dos encontros uma hierarquia na participação, mais do que o tempo de participação.

Marinete não se empenha em ser simpática e agradável o tempo todo. Por vezes, chega a se expressar de modo ríspido, mas sempre de forma solidária e respeitosa, sendo bastante atenciosa e gentil com relação aos membros do grupo. No momento de seus depoimentos, ela exibe uma *personalidade forte*, segundo ela mesma também assim se reconhece. Logo em minha primeira reunião no grupo, não pude deixar de notá-la no momento de sua fala:

Embora esteja aparecendo esse meu lado arrogante ultimamente (...) eu sou uma pessoa dura. Sei que pra algumas pessoas isso é... Mas se eu tiver que falar eu vou falar mesmo (...). Eu não gosto que venha me dar conselho (...) se eu quisesse conselho então eu não estava numa sala de reunião de N/A. Conselho se consegue em qualquer lugar que você vá. Esse é o meu ponto de vista (Marinete).

Suas falas são constantemente retomadas por outros membros no momento de seus depoimentos. Eles retomam, sobretudo, aquilo que concerne às experiências no grupo, as motivações, crenças e os valores compartilhados bem como apoio recebido dele e o sentimento de pertença envolvido na participação. Os relatos de Marinete sempre acentuam os *valores* a serem aprendidos com a associação, opondo-os aos seus próprios sentimentos que são por ela indicados como sendo *negativos*:

Minha emoção é negativa. Porque ela é auto piedade. Sou impotente perante ela (...). **Eu sou grata, mas eu sou grata racionalmente.** Porque tenho gratidão a Deus, a minha família, a **Alcoólicos Anônimos**. Tudo na minha vida concorre pro meu bem. Só que meu coração não é grato. Não tenho um coração grato, não é um sentimento que eu tenha. O que eu posso agradecer, eu posso agradecer racionalmente (Marinete).

Presenciei algumas situações em que membros, tanto novos quanto os antigos que acolheram Marinete na ocasião de sua entrada no grupo, foram ao seu encontro abraçá-la. Nos encontros seguintes ela rememorou as demonstrações de reconhecimento dos pares:

Terça feira eu recebi alguns abraços de algumas pessoas que chegaram aqui e foi muito gostoso. Tem uma pessoa que não está aqui... E que eu queria receber um abraço dela. Porque muito da dor que eu estava sentindo, eu sabia que o abraço da pessoa ia me ajudar e ajudou muito. Então assim, o que a gente tem aqui nessa sala, que nem... Eu estou passando por uma crise familiar. (...) Mas, aqui nessa sala eu conheci pessoas assim que na verdade elas suprem, sabe? Esse lado. É um pouco a família da gente. **Tem pessoas aqui que estão vendo o seu lado, né. Se gosta, gosta. Se não gosta, não gosta. Mas a gente não pode decidir (...). E esse abraço que a gente recebe aqui é muito bom** (Marinete).

Evidentemente o tempo de participação é algo a ser considerado já que a experiência adquirida por meio dele é fundamental. Porém, os servidores que são *reconhecidos pelos outros* membros como os mais dedicados e considerados como figuras exemplares são aqueles que exibem um engajamento enérgico com os valores e princípios da associação, os quais são manifestos por suas falas expressivas, além de demonstrarem acentuada participação nas práticas cotidianas de *Neuróticos Anônimos*.

O campo etnográfico junto aos grupos

Os três grupos considerados nesta pesquisa têm alguns aspectos em comum. Eles estão situados em bairros de classe média e média alta, próximos à região central da capital paulista. Considero que são bem localizados e de fácil acesso. Todos têm estacionamento no local e são abastecidos por extensa rede de transporte público, o que talvez explique em parte o grande fluxo de visitação nesses grupos.

Quase setenta por cento dos seus participantes com frequência assídua está na faixa etária de 30 a 46 anos. Um conjunto também significativo compreende idades de 47 a 64 anos. Indivíduos com presença regular na faixa dos 20 anos estão em menor proporção. Mas conforme já indicado, verifica-se uma grande flutuação de presença nos grupos e essas aproximações são apenas ilustrativas.

É possível apontar que a associação reúne indivíduos com trajetórias variadas e heterogêneas. Nas vezes em que frequentei esses grupos, verifiquei haver visitação e presença regular de sujeitos que identifiquei como tendo médio e alto padrão de consumo, assim como membros de origem social pouco abastada ou pobre.

Desse modo, seria forçado afirmar a existência de uma estratificação de classe (considerada pela renda) nesses grupos. Embora seja possível observar diferenças de nível intelectual e de consumo, na escolarização e posição ocupacional no mercado de trabalho, esses tendem a ser aspectos ofuscados na experiência de participação nos grupos, considerando as regras e princípios de funcionamento da associação.

Nos depoimentos, os participantes de *Neuróticos Anônimos* tendem a revelar menos os aspectos relacionados a bens de consumo e detalhes sobre a família e a profissão. Suas falas envolvem em grande medida a própria experiência de participação na associação e seus progressos no Programa. Essas características têm a ver em parte com a forma de os participantes de *N/A* interpretarem a sua Décima Segunda Tradição: *O anonimato é o alicerce espiritual de nossas Tradições, lembrando-nos sempre da necessidade de colocar os princípios acima das personalidades.*

Nas reuniões, os servidores costumam dizer frases como:

Servir é aprender a crescer sem a necessidade de elogios. Por isso é importante **manter o anonimato até naquelas coisas que consideramos ser pouco importantes** (Tereza).

Eu não estou aqui pra me divertir, nem chamar a atenção (...). Levar tudo a sério não significa ter que ser sisudo. É pegar leve, às vezes a gente fala alguma coisa engraçada que é espontânea, né? Mas o importante é **ter respeito pelos companheiros** (João).

Gente, esse negócio de heroísmo é um negócio muito sutil né? Dá rasteira na gente! Mas, **não tem mau caráter, tem falta de educação** né. Mas é que eu uso então desculpa pra poder continuar com a minha doença (...) porque nós somos neuróticos. E o neurótico o que ele é? Ele é egoísta, então o egoísta ele vai aonde ele quer em economia né: ele não quer dar nada e ele quer receber tudo, quer chamar a atenção porque acha que é o melhor, que é especial (...) então é me ame ou me odeie. Eu não vou agredir o outro, eu vou ser chato (...) não vou ser não sei o que pro outro me lembrar: ah! Está lembrando-se de mim! Eu tenho o controle e tal! (Juliano).

A participação feminina em *N/A*

Nos grupos que frequentei, havia tendência ao predomínio de participantes do gênero feminino. Em geral, algo em torno de sessenta por cento. Além disso, a participação de mulheres na associação tem qualidade distinta da masculina. Elas comprometem-se mais com a associação e constituem em torno de setenta a oitenta por cento da quantidade de servidores com presença regular em cada grupo (considerando um número de cinco a seis indivíduos).

Os participantes de *Neuróticos Anônimos* mobilizam um vocabulário psicológico sofisticado para falar de suas vivências. Mas considero que mulheres exibem mais destreza no

manejo expressivo das palavras para referirem-se a si mesmas, preenchendo ainda o tempo de seu depoimento com um volume maior de conteúdo se comparado aos relatos masculinos.

Considero notável a quantidade de mulheres participantes nos grupos de *N/A* frequentados por mim, que, estando na faixa dos 29 aos 47, disseram não ter filhos. Muitas delas também relataram não manter relacionamento amoroso naquele momento. A grande maioria dos homens integrantes de *N/A* da mesma faixa etária relata ter filhos, sendo casados ou divorciados.

Algumas servidoras, bastante dedicadas às atividades de *Neuróticos Anônimos*, declararam serem *sozinhas*. Essa circunstância envolve o fato de elas morarem sozinhas, sem parceiros ou filhos e/ou pela morte de familiares, sobretudo os pais ou, ainda, por serem idosas, viúvas e/ou *com os filhos já encaminhados na vida*.

Muitas dessas mulheres têm uma trajetória de participação semelhante, tendo-a iniciado primeiramente no Al-Anon, passando posteriormente a integrar *N/A*, sem necessariamente terem deixado de frequentar a associação de origem. Paralelamente, muitos servidores começaram primeiro a participar do **AA**. Essas e outras trajetórias de participação entre os dois grupos indicados são comuns também nos demais membros de *Neuróticos Anônimos*.

Como exemplo, menciono Carmem, 55 anos, que antes de se tornar participante de *Neuróticos Anônimos*, foi membro do Al-Anon por motivo do alcoolismo da filha Raquel. Seu caso foi apontado pela mãe e por membros antigos do grupo de *N/A* do qual faz parte como sendo reconhecidamente um dos casos mais complicados de tratamento de alcoolismo dos quais já souberam. Carmen viveu, por muitos anos, mobilizada em torno de cuidados com a filha.

Raquel tratou-se com médicos, psiquiatras, terapeutas, buscou auxílio de padres e igrejas, sofreu internações, participou de **AA**, *N/A* entre outras associações de ajuda mútua. Parecia não ter esperança alguma, mas, ela se recuperou da grave compulsão pela bebida sendo reconhecida por muitos – inclusive por integrantes de *N/A* que a conhecem – como uma verdadeira inspiração. Hoje, a filha de Carmem é psicóloga, faz especialização numa instituição importante da cidade de São Paulo e trabalha entre os renomados profissionais que cuidaram anteriormente de seu caso, ainda atuando ativamente na divulgação do Programa de **AA**. Sua mãe Carmem ficou *livre* para cuidar de si e *tratar o seu emocional*, como ela mesma conta. Sua participação em *Neuróticos Anônimos* hoje é para ela a sua maior prioridade.

Carmem descreveu para mim a diferença que vê entre as participações nas duas associações de ajuda mútua:

O Al-Anon é o acolhimento das pessoas que tem familiares alcoólicos e que estão sofrendo. É uma coisa. E **aqui [no N/A] você vai tratar a sua neurose**. Lá [no Al-Anon] você enxerga a sua codependência. Aqui você trata. Porque tudo vem da neurose. **Para mim a participação lá foi um refresco** (Carmem).

Grupo I

Em minha primeira visita a um grupo de *Neuróticos Anônimos*, fui convidada a apresentar-me e dizer como fiquei sabendo de sua existência. Identifiquei-me como *pesquisadora* expondo meu propósito de acompanhar os encontros. Naquele momento não houve qualquer manifestação dos participantes sobre isso e fui cordialmente acolhida, como um homem que naquela mesma ocasião procurou o grupo por seu auxílio. Depois disso, percebi que alguns se incomodaram com minha presença enquanto outros pareceram não se importar. Ao término da reunião, recebi uma pequena ficha verde de plástico que foi anunciada como sendo *símbolo de minha entrada na Irmandade*. Em N/A, as reuniões são *abertas*³⁷ a qualquer um que manifeste o interesse em participar delas.

Em minha segunda reunião, logo quando entrava na sala fui solicitada a pegar um dos cartões numerados dispostos numa sacola que, na segunda parte, seriam utilizados para o sorteio dos depoimentos. Agradei, recusando e explicando que minha presença ali era para propósitos de pesquisa. Uma das participantes me disse: *não tem problema, todo mundo é um pouquinho neurótico!*

Nesse dia, havia poucos integrantes na sala e fui sorteada. Demonstrando estar inibida sem me levantar para ir sentar na cadeira destinada àqueles que dão depoimento, disse que era tímida. Fui então incentivada pelos presentes: *vai sim! Pode ir! É a terapia do espelho!* Outra participante, apontando a placa que dispõe sobre o princípio do anonimato, afirmou: *isso aqui me ajudou a falar na minha primeira vez!* Ao final da reunião um membro veterano me falou: *você disse que era tímida, mas fala tão bem!*

Minha experiência junto ao grupo tomou forma bastante ambígua, pois era *pesquisadora e companheira* – denominação utilizada pelos membros para se referirem uns

³⁷ Tradicionalmente, as reuniões do **Alcoólicos Anônimos** para seus membros alcoolistas são *fechadas*, sendo *abertas* somente naquelas situações de presença de um visitante de fora do grupo (não alcoolista) ou em eventos destinados ao público mais amplo, geralmente médicos e especialistas. Embora o *Neuróticos Anônimos* tenha herdado do AA o seu modelo de funcionamento, sendo previstos ambos os tipos de encontro, o que se verifica no cotidiano dos grupos é que, em sua maioria, as reuniões são *abertas*.

aos outros. Pude notar que minha presença alterava o comportamento dos participantes, influenciando a dinâmica de interação dentro do grupo. Além disso, por motivos de saúde, a coordenadora do grupo estava ausente no momento de minha acolhida, e isso ocasionou momentos de confusão e mal-entendidos sobre a minha participação nos encontros seguintes. De modo geral, fui tratada como um membro, mas, ao mesmo tempo, houve manifestações contrariadas de irritação, antipatia, desconfiança e afastamento. Isso ocorria, sobretudo, sempre que buscava aproximar-me de alguém com a intenção de propor uma conversa.

Mediante determinados olhares, expressões sutis e pequenos gestos, membros mais antigos me sugeriam reiteradamente para estar atenta aos preceitos que garantem a confidencialidade dos relatos. Intencionando realizar entrevistas, acabei tendo que recuar muitas vezes quando tentei fazer essa proposta a alguém. Noutras tentativas, recebi negativas, respostas esquivas ou me diziam de modo provocativo: *continue vindo às reuniões!* Aqueles que foram receptivos, particularmente os que tinham depressão, demonstrando grande simpatia pelos objetivos da pesquisa, não compareceram na data combinada. Em encontro posterior, manifestaram não estar bem emocionalmente e não falaram comigo.

Nesse grupo, a presença feminina acabava sendo acentuada. Isso porque a maioria dos homens que o frequentavam vinham do município de Osasco. Eles diziam que faziam parte do grupo lá existente. Como alguns deles ficavam somente na primeira parte da reunião porque precisavam tomar o ônibus num determinado horário de saída no terminal, pareceu-me que outros, com alguma irregularidade na participação, aproveitavam a ocasião e saíam também. Assim, a segunda parte da reunião muitas vezes contava com a presença de apenas um professor aposentado que era servidor no grupo.

Embora situado num bairro de classe média da zona oeste da capital paulista, em diversos relatos dados nesse grupo houve referência à situação de pobreza na infância. Verifiquei a presença de indivíduos com baixa escolaridade entre os mais velhos e idosos e, num caso, a de uma mulher com algo em torno de 35 anos, portadora de paralisia num dos braços. Segundo contou, nunca trabalhou fora tendo se dedicando somente aos trabalhos domésticos e cuidados com os filhos. Similarmente, outra participante, mais velha, contou que os únicos trabalhos que realizou fora de casa foi como empregada doméstica.

Quanto à etnia, chamou-me a atenção que somente nesse grupo observei a presença de um negro³⁸ com aproximadamente 60 anos, portador de um problema de dicção que

³⁸ A questão da participação por etnia em *N/A* foi algo que esta investigação deixou em aberto, pois não visitei os grupos situados em regiões periféricas da capital paulista. Assim, não houve como saber se o constatado se deve às características dos bairros em que estão situados os grupos considerados nesta pesquisa. A representação

dificultava a compreensão do que dizia. Parecia frequentar o grupo há muito tempo, relacionando-se bem com o único servidor masculino de frequência regular no grupo, além de ser muito gentil em dar as boas-vindas aos novatos.

Nesse grupo, destacava-se a presença de algumas professoras da rede pública de ensino. Uma delas era servidora. Havia também funcionários(as) públicos(as) de baixa qualificação, secretárias, vendedores(as), prestadores de serviços, aposentados(as) e donas de casa (mulheres que relataram dedicação exclusiva aos cuidados domésticos e filhos). Alguns participantes apontaram que estavam em tratamento psiquiátrico com uso de medicação ou já o tinham feito pela rede pública de saúde. Apenas uma participante indicou acompanhamento psicoterapêutico particular.

O grupo tendia a registrar menor número de participantes por encontro e cerca de vinte, em ocasiões excepcionais de *sala cheia*. Diferentemente dos outros, funciona em feriados, datas nas quais opera com poucos presentes. Acredito que em parte devido ao seu tamanho e por sua maior composição feminina, os encontros abriam espaço para que fossem efetuados relatos em tom de desabafo, lamuriosos, expressos por fala irregular ou interrompida pelo choro.

Grupo II

Tentando ser mais bem-sucedida, em relacionamento mais próximo com os membros da associação, busquei participar de outros grupos. No segundo, logo na primeira reunião e depois de me apresentar como já sendo *membro de N/A e pesquisadora*, explicando meus objetivos aos presentes, um veterano disse em seu depoimento, num tom bastante enérgico:

Não gosto do culto. Desconfio de cultura. Pra que cultura? O Bill e o Bob³⁹ é que eram ‘os caras’. Buscaram passar suas experiências para ajudar os outros. Eles eram gente

de indivíduos desse grupo étnico com certeza é um aspecto verificado dos grupos anônimos, o que tem sido descrito por outros pesquisadores (Cf., por exemplo, ARAÚJO, 2007; FERREIRA, 2012; LUCCAS, 2015). Pondero ainda que a menor representatividade por mim verificada não se deva às características da associação, que é bastante inclusiva. O conteúdo do Relatório do 37º Encontro Nacional de Neuróticos Anônimos é bastante ilustrativo para essa questão: “*Considero esse tema ‘O Infinito valor de todo ser humano’ um marco entre o antes e o depois / Não foi Neuróticos Anônimos que descobriu esse valor, mas foi reconhecido por muito poucos / O Infinito valor está na Constituição da criatura humana que tem uma centelha divina / Eu não preciso me preocupar em valorizar, porque não há possibilidade de querer valorizar algo que tem um infinito valor / (...) Nós somos iguais na essência, no espírito e o egoísmo é o anti-espírito / Quando estou no espírito tenho liberdade! /O egoísmo luta pela liberdade e ao mesmo tempo discrimina / Um exemplo é o Obama - Primeiro presidente negro / Espero que em Neuróticos Anônimos nunca tenha um coordenador negro e sim uma pessoa de Infinito Valor/ Hoje aprendi com a Programação!’*” (Nivaldo-GO – *grifos originais*). Tive acesso a esse documento pela sua divulgação através da listagem de e-mails de N/A via Google Groups na qual estive inscrita para esta investigação.

³⁹ Bill e Bob são os membros fundadores de **Alcoólicos Anônimos** sendo mencionados frequentemente nos depoimentos dos participantes de *Neuróticos Anônimos*.

igual à gente (...). Aqui ó, do outro lado dessa sala tá tendo uma reunião do AA nesse mesmo momento. E tudo isso porque o Bill começou. E isso tem ajudado muita gente até hoje (João).

Esse depoimento não foi o único “cutucão” endereçado a mim como pesquisadora, em minha participação nos encontros seguintes, a qual foi autorizada mediante consulta e anuência do grupo, designada como *consciência coletiva*. Entretanto, ficou claro que os membros não se sentiram totalmente à vontade em recusar explicitamente minha presença, mas se opunham a ela expressando contrariedades. Assim, tive que ser discreta em minhas investidas devido à sensibilidade demonstrada pelos integrantes quanto ao meu acompanhamento das reuniões do grupo.

O anti-intelectualismo manifesto por membros desse grupo evidenciava que me apresentando como *pesquisadora* introduzia um elemento de distinção social na contramão dos efeitos do princípio do anonimato operante nos encontros que é a produção do apagamento das distinções sociais, ao mesmo tempo possibilitando a construção de uma narrativa de *experiência de participação em comum* no grupo.

Embora tenha explicado pouco sobre minha pesquisa, à minha fala seguiram-se depoimentos de membros experientes, enfatizando o valor da *troca de experiências entre iguais* e o caráter pragmático do Programa. Nesse grupo, ficou evidente para mim, que a *identificação como pesquisadora* interferia na minha interação com os membros e me colocava em posição de incompatibilidade com os princípios da associação, algo incômodo principalmente para os veteranos. Também nesse grupo não consegui efetuar os avanços almejados.

Notei que ali os participantes tinham maior grau de escolaridade, alguns com nível superior. Dentre eles havia funcionários públicos, de média a alta qualificação, trabalhadores de escritório e da área comercial, bancários(as), aposentados(as), profissionais liberais e alguns disseram ser estudantes de graduação e pós-graduação. Alguns relataram afastamento do trabalho.

Houve relatos de tratamentos psiquiátricos em hospitais públicos de referência (como o Hospital das Clínicas) ou com clínicos da rede privada. Muitos estavam tendo acompanhamento com psicoterapeutas particulares, além de indicarem recurso a terapias alternativas como acupuntura, meditação e prática de yoga.

Grupo III

O terceiro grupo foi por mim frequentado mais ao término do trabalho. Já familiarizada com a associação, participei das reuniões apresentando-me e participando apenas como *membro da Irmandade*. Essa experiência de *igualdade* na participação tornou possível que eu compreendesse melhor alguns aspectos do funcionamento da associação, de interesse para esta investigação. No contexto dos encontros, o anonimato envolve a *noção de pertença* e o *processo de identificação entre iguais* na experiência de participação. Isso possibilita aos sujeitos exporem-se contando sobre as próprias vivências, sem que se sintam como aberrações ou “abortos da natureza”.

Diferentemente do que ocorreu em minha participação nos outros grupos, no último visitado, os membros não sinalizavam para mim qualquer exigência quanto a dar depoimentos. Ali me disseram que *em N/A cada um tem seu tempo* e isso colaborou para que me sentisse mais à vontade estando integrada nas interações com os participantes. Fui, inclusive, convidada a participar das reuniões de serviço do grupo.

Esse grupo exibia maior variedade na composição social, combinando características dos dois anteriores. Ele apresentou a maior flutuação de membros e visitantes. Em algumas reuniões, a sala esteve lotada com cerca de trinta ou mais participantes. Além disso, tendeu a ser mais igualitário em relação à participação por gênero. Entre os servidores, homens e mulheres estavam em igual número.

Considerações de ordem ética

Conforme indiquei nos tópicos anteriores, meu posicionamento em campo precisou ser alterado ao longo da investigação. Minha postura inicial era a de identificar-me como pesquisadora, informando meu vínculo institucional e meus propósitos de pesquisa, de modo claro aos membros dos grupos. Mesmo os integrantes que relataram ter depressão, expressando afinidade com os objetivos da pesquisa, não demonstraram interesse por informações adicionais além daquelas fornecidas no momento inicial de minha visita ao grupo. No segundo grupo, isso também se repetiu. Os membros estavam realmente mais interessados e empenhados nas atividades de suas reuniões.

Tendo sido recebida como uma potencial participante de *N/A*, fui integrada aos dois primeiros grupos de modo ambíguo. Sendo tratada pelos membros ora como *companheira*, ora como *pesquisadora*, eu sentia uma *imensa pressão* para fazer depoimentos em todas as

reuniões. Isso seria algo inimaginável e mesmo descabido de acontecer a qualquer novato ou iniciante que busca auxílio num grupo de *N/A*, conforme será mostrado ao longo da exposição deste trabalho.

Embora possa dizer que os membros desejassem que eu participasse, fazendo relatos sobre a minha pessoa e estabelecendo uma relação de reciprocidade com o grupo, isso ocorria entre provocações e “cutucadas” de servidores, causando-me grande incômodo. Naquele momento eu não conseguia compreender a postura que eles mantinham em relação a mim. De fato, não conseguia deixar de sentir-me contrariada e pouco à vontade com minha participação. Essa experiência foi pessoalmente mais desgastante com o segundo grupo. Percebia que minha presença alterava o comportamento dos membros, mas não tinha como avaliar a extensão desses efeitos.

Minha participação no terceiro grupo não foi planejada de antemão. Visitei-o apenas por curiosidade. Devido à acolhida que recebi, acabei retornando outras vezes. Somente então pude perceber que algumas de minhas impressões e interpretações eram equivocadas precisando corrigir as análises. O tempo no campo havia se estendido sobre os prazos para a finalização deste trabalho e deixei de frequentar o grupo repentinamente, sem que tivesse encontrado um momento oportuno para revelar aos seus membros os meus propósitos de pesquisa.

Aqueles que buscam a ajuda de *N/A* estão passando por problemas que envolvem grande sofrimento. O grupo está ali para acolhê-los e para oferecer-lhes suporte. E isso num ambiente confidencial. O compromisso dos servidores com o trabalho na associação é realizado de modo sério, ético e responsável. Eles estão sempre bastante ocupados no empenho de manter as reuniões funcionando de modo adequado. Estando numa sala de *N/A* como pesquisadora, eu interferia nesse trabalho. Estando lá como participante, foi diferente, eu era uma anônima, *igual*.

De modo curioso, assim como Ferreira (2012) apontou em seu trabalho com outros grupos anônimos, durante a pesquisa de campo também me lembrei do personagem sem nome protagonizado pelo ator Edward Norton no filme *Clube da Luta*. Para apaziguar a sua insônia, solidão e angústias, ele frequentava reuniões de grupos de ajuda mútua como um farsante, fingindo ser um deles. Mas, assombrava-me a ideia que os participantes me vissem como se eu fosse essa figura. Pude livrar-me dessa imagem aos poucos quando estava frequentando o terceiro grupo. Em realidade, durante o tempo em que estive em campo me senti pouco à

vontade em participar dando depoimentos porque estava comprometida demais com a realização de minha pesquisa.

Pondero que as reuniões da associação consistem num espaço público, no qual cada participante só compartilha aquilo que deseja. E, conforme já mencionado, destaco que a postura assumida nesta pesquisa foi a de atenção quanto à preservação do anonimato dos participantes e dos grupos.

Segunda Parte

O Programa de *Neuróticos Anônimos* e suas origens

Conforme já mencionado, *Neuróticos Anônimos*, assim como tantas outras associações de ajuda mútua, tem um substrato em comum que é o Programa de Doze Passos dos **Alcoólicos Anônimos (AA)**. Para os propósitos desta pesquisa, considero relevante abordar elementos históricos que se encontram na origem desse Programa. Na sequência, falarei propriamente sobre o desenvolvimento e as características do Programa de *N/A*.

Os Grupos Oxford

Alcoólicos Anônimos foi constituído a partir de membros alcoolistas dissidentes dos Grupos Oxford, os quais levaram para a nova associação algumas de suas influências. Provenientes de um movimento cristão inglês, os Grupos Oxford, em sua maior parte eram formados por membros não alcoolistas. Eles defendiam a aplicação de valores espirituais na vida cotidiana, tendo sido fundados por um ministro luterano, o americano Frank Buchman (1878-1961), em 1931, a partir da reunião de estudantes da Universidade de Oxford, de onde veio o seu nome (Cf. CARDOSO, 2006).

Os Grupos Oxford buscavam *modificar o mundo pela modificação das pessoas*, utilizando métodos inspirados em preceitos cristãos para isso (Cf. BURNS, 2002). Eles pautavam-se por princípios designados como *os quatro absolutos*: honestidade, pureza, amor e altruísmo absolutos. Esses grupos baseavam-se nos chamados *cinco procedimentos*, compondo um esboço original para o que viria a ser depois os Passos de AA. Eles consistiam em:

- 1) Entrega a Deus; 2) Ouvir a orientação de Deus; 3) Compartilhar essa orientação com outros membros; 4) Fazer reparação com as pessoas que prejudicaram; 5) Depois de um exame cuidadoso, contar seus defeitos a outros, como testemunho de sua mudança ou como um método para livrar-se da culpa (BURNS, 2002, p. 33).

A ideia de Irmandade dos Grupos Oxford era uma parte relevante de seu apelo. Operando a partir de reuniões caseiras realizadas num nível pessoal e com simplicidade, os novos membros eram recrutados por seguidores mais entusiastas, o que mais tarde seria a

estrutura fundamental de AA. Outro aspecto desses encontros é que neles se evitavam debates de outra natureza dentro do grupo, sendo suas discussões voltadas à ênfase do prazer positivo de uma *mudança de vida* (BURNS, 2002).

O clérigo episcopal Samuel Shoemaker (1893-1963) foi, talvez, a liderança mais proeminente dos Grupos Oxford. Proveniente de uma família de clérigos acadêmicos, Shoemaker formou-se na Universidade de Princeton onde mais tarde presidiria uma organização cristã, a Sociedade da Filadélfia (Cf. LUCCAS, 2015). Sem afastar-se de sua denominação de origem, a Igreja Anglicana, ele foi convertido aos Grupos Oxford pelo seu próprio fundador Frank Buchman, em 1918, em viagem à China (Cf. CARDOSO, 2006). Dentro desse movimento religioso, Shoemaker entrou em contato com Bill e Bob e, juntos, eles se tornariam mais tarde os cofundadores de AA.

O Alcoólicos Anônimos

Os Estados Unidos da década de 1930 foi palco de efervescências religiosas, havendo diversos movimentos competindo na atração de seguidores. Os Grupos Oxford estavam entre os chamados movimentos de temperança, que na época formavam equipes de empreitada moral, voltadas à conversão de alcoolistas e drogaditos (Cf. CARDOSO, 2006). Porém, os Grupos Oxford se diferenciavam ao reivindicarem a reformulação das bases do cristianismo tradicional. Nesse cenário, **Alcoólicos Anônimos** emergiu como um movimento de ajuda mútua com características bastante progressistas (BURNS, 2002).

Embora AA tenha surgido a partir de uma intrincada rede de relações e envolvendo inúmeros atores, sua história é usualmente contada segundo uma espécie de mito fundador remetendo às figuras de seus “dois pais” Bill e Bob.

Conta-se que AA surgiu em 1935, na cidade de Akron, Ohio, a partir do encontro de Bill (William Griffith Wilson, 1895-1971), corretor da Bolsa de Valores de Nova York, e Dr. Bob (Robert Holbrook Smith, 1879-1950), um médico cirurgião de Akron. Ambos haviam procurado os Grupos Oxford para livrarem-se do alcoolismo, mas somente Bill obteve sucesso. Ele percebeu que a maioria dos alcoolistas que participavam desses grupos não conseguia abster-se do álcool, considerando que isso decorria da resistência que apresentavam aos cinco princípios absolutos fixados rigorosamente pelo movimento religioso. Ademais, o caráter confessional dos grupos Oxford não contemplava alcoolistas que tinham outras filiações religiosas e Bill notou que muitos deles apresentavam melhoras ao compartilharem

experiências de avanços e retrocessos entre si, em vez de o fazerem com os membros não alcoolistas (CARDOSO, 2006).

Juntos, Bill e Dr. Bob começaram a trabalhar na recuperação de alcoolistas no Hospital Municipal de Akrom, contando para eles sobre suas experiências pessoais com a bebida. Essa é apontada como sendo a origem do primeiro grupo de **Alcoólicos Anônimos**, reconhecido com esse nome em 1939 a partir da publicação de seu livro básico,⁴⁰ escrito por Bill, que expõe a filosofia e os métodos de recuperação de **AA**. Esse texto estabeleceu o elemento fundamental de maior difusão desse movimento de ajuda mútua. Enquanto os três grupos iniciais de **AA** levaram mais de quatro anos para alcançar o número de cem alcoólicos sóbrios, os que vieram a seguir registraram um rápido crescimento.

O registro histórico de **Alcoólicos Anônimos** já sugeria desde o seu surgimento a tendência verificada dos grupos anônimos na atualidade, incluindo o *Neuróticos Anônimos*, em se difundirem a partir da utilização dos meios de comunicação para sua divulgação.

Em 1939, mesmo ano de publicação do livro de **AA**, uma série de artigos a seu respeito seguidos por editoriais favoráveis, foram publicadas pelo *Cleveland Plain Dealer*⁴¹. Conta-se que, devido a isso, o grupo de Cleveland então composto por cerca de 20 membros, foi inundado por incontáveis pedidos de ajuda. Em poucos meses, o número de membros de Cleveland teria crescido para 500⁴².

Nesse mesmo ano, Bill e Dr. Bob estabeleceram, em Nova Iorque, uma Junta de Custódios para ocupar-se da administração geral da Irmandade recém-criada. Conta-se que entre integrantes desse conselho, junto com alguns membros de **AA**, estavam amigos de John Rockefeller Jr. A Junta foi nomeada *Fundação Alcoólica*. Porém, tentativas de obter grandes quantias de dinheiro teriam fracassado porque Rockefeller chegou à conclusão de que grandes somas poderiam atrapalhar a Irmandade nascente. Apesar disso, a Fundação conseguiu abrir um escritório modesto, em Nova Iorque, com o objetivo de responder aos pedidos de ajuda e de informações, além de realizar a distribuição do livro de **AA**, empreendimento então financiado principalmente por seus próprios membros.

⁴⁰ Cf. ALCÓOLICOS ANONIMOS – AA. Disponível em: <http://www.alcoolicosanonimos.org.br/component/content/article/45-front-page/155-o-nascimento-de-aa.html> (Acesso em jan. 2014).

⁴¹ Criado em 1842, o *Cleveland Plain Dealer* é atualmente o maior jornal de circulação diária de Cleveland, Ohio, tendo uma longa história de destaque no cenário da imprensa estadunidense. Ele tem uma seção exclusiva destinada à saúde e *fitness*. Cf. Disponível em: <http://ech.case.edu/cgi/article.pl?id=PD> (Acesso em jul. 2015).

⁴² Cf. Disponível em: <http://www.aa.org.br/principios/historia-de-aa> (Acesso em jan. 2015).

No outono de 1939, a *Liberty Magazine*⁴³ também publicou um artigo sobre **Alcoólicos Anônimos**, o qual foi sucedido pelo envio de 800 pedidos de ajuda, com urgência, ao novo escritório. Conta-se que, em 1940, Rockefeller organizou um jantar para a divulgação dessa associação, convidando muitos de seus eminentes amigos nova-iorquinos. Esse acontecimento, amplamente divulgado, suscitou outra onda de pedidos sendo cada um deles respondido com uma carta pessoal e um pequeno folheto, além de menção ao livro, que começou a ter seus exemplares volumosamente distribuídos. Ao final daquele ano, **AA** contava com dois mil membros.

Em 1941, o *Saturday Evening Post*⁴⁴ publicou um artigo de grande impacto sobre **Alcoólicos Anônimos**. No final do mesmo ano, o número de membros já era de seis mil integrantes, tendo os grupos se multiplicado proporcionalmente à época, tanto nos Estados Unidos como no Canadá.

Não me estenderei para além desses registros mais antigos. Pois, o meu objetivo foi indicar que o crescimento notável alcançado por **AA** nos anos posteriores à sua fundação ocorreu por meio de sua divulgação pelas mídias, processo ocorrido também com o *Neuróticos Anônimos*.

Sobre as influências cristã e médica em AA

No seu início, **Alcoólicos Anônimos** recebeu, dos Grupos Oxford, as ideias de autoconhecimento, reconhecimento de defeitos de caráter e reparação de danos causados a outros. O Programa dos Doze Passos de **AA** foi constituído a partir de adaptações dos *cinco procedimentos* daqueles grupos, as quais foram realizadas por Bill, com a ajuda de Shoemaker, compondo inicialmente *seis passos*:

- 1) Admitimos que estávamos derrotados, impotentes perante o álcool; 2) Fizemos um inventário moral de nossos defeitos e pecados; 3) Confessamos nossas imperfeições a uma ou outra pessoa de forma confidencial; 4) Reparamos o mal feito às pessoas em ocasiões de bebedeira; 5) Tentamos ajudar outros alcóolatas, sem buscar recompensa em dinheiro ou prestígio;

⁴³ A *Liberty Magazine* foi fundada em 1906 nos Estados Unidos pela Igreja Adventista do Sétimo-Dia, sendo suas publicações promovidas em torno de questões relacionadas à liberdade religiosa e espiritualidade. Cf. Disponível em: <http://www.libertymagazine.org/issue> (Acesso em jul. 2015).

⁴⁴ A *Saturday Evening Post* foi fundada em 1821, tornando-se a revista semanal de maior circulação nos Estados Unidos. Bastante apreciada pela publicação de ilustrações de artistas famosos, seu conteúdo também se dedica a temas como saúde, nutrição, culinária, família entre outros relacionados à *lifestyle*. Seus editores apontam que foi formada a partir da organização *Benjamin Franklin Literary & Medical Society*. Cf. Disponível em: <http://www.saturdayeveningpost.com/about> (Acesso em jul. 2015).

6) Pedimos a Deus, na forma em que achávamos que existia, a força para praticar esses preceitos (BURNS, 2002, p. 33).

A partir das afirmações acima, Bill desenvolveu a primeira versão dos Doze Passos de AA. Encontrando enérgicas oposições e controvérsias, o texto foi modificado diversas vezes até ganhar a forma final. A maior parte dos debates foi realizada em torno da noção de Deus, dividindo grupos de opiniões: um acusando haver *muito Deus* nos Passos, outro sugerindo *espiritualidade sim, religião não* ou, ainda, a defesa de *um livro psicológico* (BURNS, 2002, p. 36). Finalmente delineou-se a frase *Deus, na forma em que O concebíamos*.

A noção de princípios absolutos separou determinadamente **Alcoólicos Anônimos** dos *Grupos Oxford*, pois, ideais de perfeição foram por ele recusados. Em uma das publicações de AA é indicado “*pretendemos o progresso espiritual em vez da perfeição espiritual*” (*Alcoholics Anonymous*, 1976 *apud* BURNS, 2002, p. 33).

É interessante apontar, ainda, que, segundo Bill W., *tudo em AA é emprestado de outro lugar* (*apud* BURNS, 2002, p. 34). Os princípios contidos nos Doze Passos resultam de combinações de práticas e elementos religiosos diversos, como a confissão, as Sagradas Escrituras, os Exercícios Espirituais de Santo Inácio, etc., além de receber influências da literatura popular, como dos livros *The Varieties of Religious Experience* de William James, *The Conversion Experience* de Lewis Browne, *The Sermon on the Mount* de Emmet Fox, *For Sinners Only* de A. J. Russel, entre outros (Cf. BURNS, 2002, p. 34-35).

Além da influência dos grupos Oxford, **Alcoólicos Anônimos** foi influenciado pela medicina especializada das décadas de 1930 e 1940. Na época da fundação dessa associação, o reputado médico especialista em dependência química, Dr. William Silkworth, realizou uma mediação entre concepções científicas então vigentes e os seus primeiros membros, estando presente nas citações da literatura dessa associação. Ali se encontra a noção de dependência alcoólica como decorrente de aspectos fisiológicos que tornaria o beber um ato compulsivo. Cabe lembrar que Bob, cofundador de AA, também era médico.

Luccas (2015) considera que **Alcoólicos Anônimos** não se fundamenta numa mera combinação de elementos religiosos e científicos, mas que deve a sua origem à crise desses sistemas. De um lado, a autora afirma que a postura de oposição aos excessos do poder religioso abriu a prerrogativa de acomodações de crenças individuais e livres em AA, na ideia de um *Poder Superior*. E, de outro, aponta a dificuldade encontrada pelas ciências médicas em tratar os pacientes alcoólicos. Segundo ela sugere, o AA foi fundado e organizado a partir do diálogo e da crítica estabelecidos com aqueles dois sistemas.

A fundação de *Neuróticos Anônimos*

A Irmandade, como *Neuróticos Anônimos* refere-se a si mesma, foi fundada em 3 de fevereiro de 1964, em Washington D.C., nos Estados Unidos, pelo psicólogo Grover Boydston (1924-1996).

Tendo participado de **Alcoólicos Anônimos** e conseguido reestabelecer-se de seus problemas com a bebida, ele considerou que o Programa dos Doze Passos funcionava por ser capaz de recuperar os indivíduos dos problemas emocionais subjacentes ao alcoolismo – a *neurose*. Grover testou essa suposição com uma senhora que morava em Miami. Ela não era alcoolista, mas, também apresentava graves problemas emocionais. Como ela obteve a recuperação, foi por Grover considerada *a N/A número um*⁴⁵.

Na cidade de Washington, Grover publicou literatura a respeito dessa experiência e de suas ideias, enviando-a a médicos, psiquiatras, religiosos, hospitais e clínicas. Conseguindo uma caixa postal, colocou também um anúncio em um jornal da cidade. A primeira reunião foi organizada com aqueles que responderam a esse anúncio e o *Neuróticos Anônimos* cresceu modestamente. O grande impulso de crescimento da associação ocorreu depois que um artigo sobre Grover foi publicado na *Parade Magazine*⁴⁶. Posteriormente, a *Associated Press News*⁴⁷ e a *United Press Internacional*⁴⁸ republicaram a história e grupos de *N/A* começaram a formar-se internacionalmente⁴⁹.

Levou quinze anos para que o criador de *N/A* de fato se tornasse um alcoólico e isso ocorreu num momento em que já tinha alcançado uma carreira bem-sucedida. Antes mesmo de se reconhecer alcoolista, Grover desenvolveu uma história de vida marcada pelo sofrimento emocional e pela realização de tratamentos psiquiátricos sem sucesso. Antes dos

⁴⁵ Neuróticos Anônimos. “A História de Grover e a fundação de Neuróticos Anônimos”. In: *Ajuda para os que estão mental e emocionalmente aflitos. Uma Introdução*. São Paulo: ENABRA, 1995.

⁴⁶ A *Parade Magazine* é um jornal fundado em 1941, pela Athlon Publishing, sendo, até a atualidade, a publicação de maior circulação aos domingos, nos Estados Unidos. Imprensa num papel de qualidade mais alta do que o de jornais comuns, apresenta notícias sobre celebridades, entretenimento, culinária, *fitness* e dicas de saúde. Cf. Disponível em: <http://parade.com/magazine/> (Acesso em jul. 2015).

⁴⁷ A *Associated Press* (AP) é uma agência americana cooperativa de notícias, fundada em 1846, apontada como sendo, possivelmente, a mais antiga agência de alcance internacional do mundo. Na atualidade, ela tem suas notícias utilizadas por vultosa rede midiática, operando em cerca de 120 países. O seu conteúdo abrange assuntos relacionados à *lifestyle*, como saúde, celebridades, produtos e entretenimento. Cf. Disponível em: <http://www.ap.org/company/history/ap-history> (Acesso em jul. 2015).

⁴⁸ A *United Press Internacional* é uma agência internacional de notícias, fundada em 1907 e sediada nos Estados Unidos. Ela foi pioneira em muitas áreas, na cobertura e distribuição de notícias em todo o mundo, embora na atualidade já não exiba tal relevância. Cf. Disponível em: <http://www.upi.com/Archives/> (Acesso em jul. 2015).

⁴⁹ ALCÓOLICOS ANÔNIMOS AA. Grupo Tranquilidade, Florianópolis-SC. Acesso em jul. 2015. Disponível em: <<http://www.grupotranquilidade.com/alcoolicos-anonimos-de-a-a-v-11>>.

21 anos, ele já havia tentado o suicídio cinco vezes. Grover sofria de *depressão*⁵⁰ profunda que, àquela época, era classificada por especialistas como um problema psíquico pertencente ao campo das *neuroses*. Daí o nome de *Neuróticos Anônimos* apresentar, na atualidade, uma terminologia de aspecto antiquado.

Assim como Grover, Bill W., fundador de **Alcóolicos Anônimos**, também sofria de depressão⁵¹. Considero ser bastante provável que o contato do criador de *N/A* com Bill e sua experiência depressiva tenha lhe servido de alguma inspiração. Ambos tinham bastante em comum; entretanto, somente Grover encontrou benefícios nos Doze Passos para lidar com seu problema emocional.

Os escritos de Grover para *Neuróticos Anônimos* reforçaram, de certo modo, uma característica já presente no Programa de AA que é a ajuda ao próximo, transformando o princípio da doutrina cristã do amor no elemento chave para a proposta do Programa de Recuperação da doença mental e emocional de *N/A*. Falarei mais sobre esse aspecto após abordar a história do *Neuróticos Anônimos* brasileiro.

A origem de *N/A* no Brasil: a obra de Sônia Maria

Ficamos muito gratos a Xênia, apresentadora de um popular programa de televisão no Brasil, que disse o seguinte a Grover, Donald, Sônia e a outros membros de *N/A*, bem como à sua audiência: “A PATOLOGIA E A RECUPERAÇÃO FALAM A MESMA LÍNGUA EM TODA PARTE” (“Transcrito do JOURNAL OF MENTAL HEALTH de fevereiro de 1975”, *N/A*, s/d, p. 114).

No Brasil, o grupo pioneiro de *Neuróticos Anônimos* foi fundado na cidade de São Paulo, em 1969. Usualmente essa realização é atribuída ao casal Sônia Maria e Donald M. Lazo. Entretanto, considero que o papel de Sônia nessa empreitada é subestimado.

Sônia conheceu o trabalho de **Alcóolicos Anônimos** e, simpatizando com o Programa, começou a frequentá-lo. Nesse contexto, conheceu Donald, um engenheiro americano radicado no Brasil, *alcóolico recuperado* e cofundador do Grupo Sapiens, o primeiro grupo

⁵⁰ Neuróticos Anônimos. *Ajuda para os que estão mental e emocionalmente aflitos. Uma Introdução*. São Paulo: ENABRA, 1995.

⁵¹ Cf. “A Letter from Bill W. on Depression”. Disponível em: http://www.silkworth.net/aahistory/billw_depression.html (Acesso em fev. 2014).

de **Alcóolicos Anônimos** do país⁵². Não tendo problemas de alcoolismo, Sônia participou efetivamente do Al-non e é reconhecida como sua cofundadora.⁵³

Depois de casados, Sônia, que era mãe e esposa dedicada, administrava seu tempo entre os cuidados da casa, da família e criação das duas filhas e a participação nas associações.⁵⁴ O casal oferecia auxílios a indivíduos que tinham problema com a bebida, como abrigo e alimentos temporários e incentivos à busca por trabalho. À noite, Sônia devorava todo o tipo de literatura que o esposo estadunidense encomendava de seu país de origem.

Ligando-se a uma rede de relações, que envolvia religiosos, hospitais e instituições de saúde mental, Sônia engajou-se ativamente numa série de trabalhos voluntários, abarcando a teia de relacionamentos existente em torno dos grupos anônimos. Visitava em média três hospitais por semana, dedicando uma hora e meia para cada um deles. Ampliando o seu círculo de relações, nele incluindo alcóolicos, seus familiares, além de especialistas e hospitais, ela passou treze anos divulgando o trabalho de AA e Al-Anon. Depois, deixando essa tarefa a cargo dos membros de AA, ela ficou livre para assumir outras responsabilidades (Cf. MONTEIRO, 2002, pp.108-114).

No início do ano de 1969, entre os alcoolistas que o casal Sônia e Donald recebia em sua residência, estava uma bela jovem de nacionalidade russa chamada Edita. Tentando ajudá-la a dedicar-se a alguma atividade, Sônia sugeriu-lhe que buscasse auxiliar a outros. Ambas deram, então, início ao trabalho de reabilitação de alcoolistas, no presídio do Carandiru feminino, que era, na época, coordenado por religiosas. Por intermédio delas, teve início a promoção de atividades com mulheres que haviam sido presas por problemas de alcoolismo. Algumas delas ficavam bordando, enquanto outras costuravam. Sentadas numa mesa, Edita dava seu depoimento e Sônia contribuía com outras informações. No entanto, não conseguindo a realização de uma *reunião fechada* no estilo do AA, depois de três meses, ela tentou separar as presas alcoolistas, mas aquelas que não eram se ressentiam com a separação, porque gostavam de assistir as reuniões (MONTEIRO, 2002). Houve muita insistência para que tais encontros continuassem do mesmo modo, sem nenhuma discriminação.

⁵² ALCÓOLICOS ANÔNIMOS AA. GRUPO PORTÃO. O caminho de Akrom, Ohio, a São Paulo, S.P. Resenhas históricas, personagens. Cotia-SP, 2002. Acesso em ago 2014. Disponível em: <<http://existeumasolucao.com.br/sala-de-leitura/arquivos/akron.pdf>>.

⁵³ Sônia e Lygia formaram o primeiro grupo de Al-Anon em São Paulo, o primeiro do Brasil a ser registrado no ESM - Escritório de Serviços Mundiais, em 03 de novembro de 1966, sendo por isso considerado como o pioneiro no país. Cf. ALCÓOLICOS ANÔNIMOS AA. GRUPO PORTÃO. O caminho de Akrom, Ohio, a São Paulo, S.P. Resenhas históricas, personagens. Cotia-SP, 2002. Acesso em ago 2014. Disponível em: <<http://existeumasolucao.com.br/sala-de-leitura/arquivos/akron.pdf>>.

⁵⁴ Cf. “Entrevista com Sônia” *apud* MONTEIRO, 2002, pp. 108-114.

Sônia compartilhou com Donald sua preocupação sobre o problema de organizar reuniões com as mulheres no Carandiru. Na época, ele trabalhava para a SERPEL - Serviço de Publicações Especializadas, com sede na Rua Brigadeiro Tobias,⁵⁵ e falou a esse respeito com sua secretária. Ela lembrou-se de haver no arquivo da empresa um número da revista *Médico Moderno*, editada em espanhol pela SERPEL,⁵⁶ na qual havia um artigo sobre Grover e *Neuróticos Anônimos* nos Estados Unidos, cujo título era: “Cure-se por catálogo”. Donald pediu-lhe que desarquivasse aquele número da revista. Apesar de estar escrito em termos, de certo modo, depreciativos, Sônia interessou-se pelo que leu, achando que ali poderia estar o que vinha procurando. Vendo que Donald não se mostrava muito interessado em escrever a Grover solicitando informações, como lhe pedira, resolveu ela mesma escrever, embora seu conhecimento da língua inglesa ainda não fosse suficiente para a tarefa. Em resposta, Grover, cujo célebre lema conhecido era “*Todo alcóolatra é um neurótico, mas nem todo neurótico é um alcóolatra*” (MONTEIRO, 2002, p. 53) enviou-lhe alguns folhetos com literatura sobre N/A. A partir disso, Sônia e Donald começaram, juntos, a oferecer ajuda a indivíduos com problemas emocionais. Na época, Sônia tinha aproximadamente 32 anos.

Desse modo, o *Neuróticos Anônimos* brasileiro surgiu nas reuniões coordenadas por Sônia no presídio do Carandiru e depois foi transferido para fora dele. Inicialmente isso ocorreu na entidade religiosa *Sedes Sapientiae*, situada na Rua Caio Prado, onde receberam apoio e colaboração da Madre Cristina, da Congregação Cônegas de Santo Agostinho, dedicada havia muitos anos aos estudos de medicina e psicologia.

Na primeira reunião, realizada fora do Carandiru ninguém apareceu. A segunda contou com duas presenças. Não desistindo, ela procurou o jornal *Shopping News*⁵⁷ e, ganhando um anúncio de cortesia sobre *Neuróticos Anônimos*, publicou a chamada: “*Neuróticos Anônimos – você sofre de solidão*”? (MONTEIRO, 2002, p.110). Após essa chamada, a reunião contou com doze adeptos. Ela convidou também amigos alcoolistas participantes de AA. Sônia

⁵⁵ Cf. *Neuróticos Anônimos*. Disponível em: <http://neuroticosanonimosdf.webnode.com.br/historia-do-n-a/> (Acesso em jan.2015).

⁵⁶ Inicialmente a editora SERPEL servia exclusivamente a área médica com títulos como *Médico Moderno*, com publicação iniciada em 1961 e sua versão para a América Espanhola, em 1962. Cf. Disponível em: <http://www.lund.com.br/empresaHistorico.aspx> (Acesso em: ago 2015). Segundo pude averiguar, no acervo da biblioteca da Universidade Federal do Pará, ao que parece, a revista em questão encerrou suas publicações em 1985.

⁵⁷ O *Shopping News* foi um importante jornal de São Paulo com ampla tiragem e distribuição gratuita, realizada semanalmente aos domingos, nos bairros de classe média e média alta da capital paulista. Levava em suas matérias assuntos referentes ao comportamento e artigos de especialistas da área médica. Fundado em 1950 por Rubens Prestes Mattar, faliu pouco mais de 35 anos após sua criação tendo sido reaberto pelo Diário Comércio Indústria & Serviços (DCI) em 2005. Cf. Disponível em: <http://www.dci.com.br/> (Acesso em: ago. 2015) e ainda: <http://www.observatoriodaimprensa.com.br/artigos/asp080720035.htm> (Acesso em: jul. 2015).

explicava que tinham a autorização da central do serviço de AA dos Estados Unidos, mas muitos membros manifestavam-se contra, por utilizarem o Programa deles. O aumento de frequentadores ao novo Programa começou a ocorrer muito lentamente.

O maior impulso para a expansão do N/A ocorreu após uma publicação da revista *Manchete*,⁵⁸ quando um número cada vez maior de indivíduos, muitas vezes vindos de outros estados do país, começou a procurar Sônia em São Paulo, para conhecer o Programa, com o objetivo de iniciar outros grupos (MONTEIRO, 2002, pp. 54-55).

Em 1970, Donald participou da Convenção Internacional do 35º aniversário de **Alcoólicos Anônimos**, em Miami, nos Estados Unidos, tendo ali a oportunidade de conhecer Boydston. Donald mostrou ao fundador de *Neuróticos Anônimos* a tradução da literatura que havia feito para os grupos brasileiros, a partir do material por ele enviado a Sônia, além de informá-lo a respeito do que estava sendo realizado no Brasil em termos de N/A. Boydston demonstrou grande interesse pelo que ouviu, convidando Donald para assumir Coordenadoria Geral de Serviços de N/A na América Latina⁵⁹.

As relações de Sônia e Donald com o criador de N/A foram bastante próximas, tendo ele sido hospedado pelo casal, em sua visita ao Brasil. Segundo Sônia:

Aprendi muito com ele, mas a literatura do *Neuróticos Anônimos* brasileiro foi desenvolvida aqui praticamente. Não havia os Doze Passos no N/A nos Estados Unidos. Esse trabalho foi feito a partir de nossa experiência de vida. O Donald bateu à máquina, traduziu, e o Grover aprovou e foi incorporado ao Programa (Sônia *apud* MONTEIRO, 2002, p.114).

Ao lado de Grover, Boydston e outros membros de N/A, Sônia e Donald participaram de um programa televisivo brasileiro que teria sido ocorrido em maio de 1974, apresentado por Xênia Bier⁶⁰. A referência a esse programa de TV consta no *livro de bronze* de N/A⁶¹.

⁵⁸ A *Manchete* foi a segunda grande revista brasileira de ampla circulação nacional, publicada pela Bloch Editores. Fundada em 1952, encerrou suas atividades em 2000. Inicialmente, mais inclinada a temáticas políticas, passou cada vez mais a abordar questões sobre inovações científicas e tecnológicas, como medicamentos, vacinas, tratamentos de doenças e congressos de saúde. Os temas alusivos à ciência apareciam entre matérias sobre arte, esportes, política e assuntos de interesse feminino. Cf. ANDRADE, Ana Maria Ribeiro de; CARDOSO, José Leandro Rocha. Aconteceu, virou manchete. *Revista Brasileira de História*, São Paulo, v. 21, n. 41, 2001, pp. 243-264.

⁵⁹ Cf. Neuróticos Anônimos. Disponível em: <http://www.neuroticosanonimosp.kit.net/na/historico.htm> (Acesso em jan. 2014).

⁶⁰ Xênia Bier, nascida em 1935 na cidade de São Paulo, é uma importante apresentadora e atriz da televisão brasileira, registrando uma extensa carreira iniciada na década de 1950. Reconhecida por sua voz forte, perspicácia e temperamento marcante, atuou em programas da *TV Cultura* e na *TV Bandeirantes* onde se destacou no programa vespertino *Xênia e Você*. Por esse programa, passaram psicanalistas famosos como José

Esse artigo desenvolve algumas considerações sobre o valor da *troca de experiências* na *cura da patologia*, confrontando diretamente a abordagem médica dos problemas mentais e emocionais:

(...) Xênia nem se deu conta disso quando fez essa afirmação, e aí temos algo espetacular. (...) Autoridades de renome chegaram mesmo a declarar que a psiquiatria está equivocada, que a doença mental e emocional não se encaixa nos padrões médicos e que o seu tratamento envolve *reeducação*. (...). Falamos todos sobre a mesma depressão, o mesmo rancor, o mesmo remorso, o mesmo ódio de nós mesmos, o mesmo costume de culpar os outros (...) bem como as demais emoções negativas (...). Falamos também sobre a mesma alegria, a mesma paz, a mesma serenidade, a mesma sensação de bem-estar e o mesmo sentimento de amor que passamos a experimentar (...). Falamos também sobre o mesmo processo de recuperação utilizado por todos nós: o Programa de N/A (N/A, s/d, p.117 – *grifo original*).

A residência de Sônia e Donald serviu de sede à prestação de Serviços dos primeiros grupos de *Neuróticos Anônimos* brasileiros. Eles começaram a espalhar-se a partir das capitais estaduais brasileiras Porto Alegre, Minas Gerais e Brasília. Sônia e Donald tiveram inúmeros hóspedes, que os procuraram em busca de orientações, membros do Programa e participantes de eventos da associação como os Congressos. Os grupos de *N/A* do Sul do país tiveram sua formação a partir de São Paulo, enquanto os do Norte se iniciaram a partir do Rio de Janeiro.

Os primeiros Congressos de Al-Anon começaram por volta da mesma época, disseminando-se também pelo país. Entretanto, essa última associação demandou um trabalho maior de divulgação, sendo difundida muito lentamente. Ao contrário, o *Neuróticos Anônimos* uma vez que ganhou um primeiro impulso, cresceu mais rapidamente por força própria.

Ângelo Gaiarsa, o filósofo Huberto Rohden, o astrólogo Antônio Facciolo Neto, o professor De Rose, pioneiro de Yoga no Brasil. Ela também atuou na *Rede Globo*, quando esta lançou o famoso programa *TV Mulher*. Ao seu lado estavam figuras exponenciais, como Marta Suplicy, Clodovil Hernandez, Marília Gabriela e Ney Gonçalves Dias. Xênia trabalhou algum tempo para a *Rede Manchete*, e ainda para a *TV Gazeta* apresentando o programa *Mulheres*. Ela também escreveu para a *Revista Contigo*, participou da *Rádio Bandeirantes* e da *Rádio Capital*. Cf. Disponível em: <http://www.museudatv.com.br/biografias/Xenia%20Bier.htm> (Acesso em julho de 2015).

⁶¹ NEURÓTICOS ANÔNIMOS. “A patologia e a recuperação falam a mesma língua em toda parte (Transcrito do *Journal of Mental Health* de fevereiro de 1975)”. In: *A etiologia da doença mental e emocional. A nova Ortopsicologia que funciona*. São Paulo, SP: ENABRA, s/d, pp. 114.

Apesar de considerar o empenho colocado em *N/A* bastante gratificante, Sônia não se identificava com a associação e sim com Al-Anon. Isso porque, segundo ela: “*no N/A, são muito comuns problemas com tranquilizantes, soníferos, antidepressivos*”.⁶²

Quando o volume dos Serviços de *N/A* continuou a se expandir, em 1975, houve a criação do primeiro escritório de serviços em território nacional, denominado Central de Neuróticos Anônimos no Brasil, em concomitância com o desenvolvimento de um estatuto para a associação. Em 1987, o estatuto de *N/A* foi alterado, havendo a mudança de nome do escritório para *Neuróticos Anônimos – Escritório de Serviços Gerais do Brasil – ENABRA*.

Durante o campo, um servidor do Grupo III me contou que houve o fechamento de vários grupos de *N/A*, na cidade de São Paulo, de meados ao final da década de 1990⁶³. Entretanto, isso ocorreu depois de ter havido um grande crescimento no número de grupos de *Neuróticos Anônimos* em território nacional, sobretudo na capital paulista, entre as décadas de 1980 e 1990. Nessa época, o escritório de *N/A* paulista ENASP foi um órgão criado para auxiliar o ENABRA (Escritório de Serviços Gerais de Neuróticos Anônimos do Brasil) com os grupos do estado de São Paulo, cujas demandas o sobrecarregavam. Havia reclamações dos grupos situados no restante do país de que aqueles situados em São Paulo o estavam monopolizando. Sobre o fechamento dos grupos de *N/A*, acredito que as aberturas de outras ramificações de grupos mais jovens, com temáticas emocionais e sexuais (como MADA, CODA, IA, EA, etc.), tiveram grande peso na absorção e desvio de parte potencial dos participantes de *N/A*.

Em 2002, Sônia estava com 64 anos, divorciada de Donald havia oito (Cf. MONTEIRO, 2002, p.56). Ela já não apreciava tanto o formato dos grupos anônimos, aparentemente porque a *estrutura* deles não proporcionava o desenvolvimento de sociabilidade entre membros, que fosse passível de transporte para atividades comuns fora do grupo. Ela tinha então um projeto de criação de um grupo para *divorciados*, mas, não pretendia denominá-lo como *Anônimos*. Planejava chamá-lo de *Grupo da Cidana*⁶⁴ – nome da chácara onde morava – realizando-o em período vespertino, para que os participantes pudessem sair juntos para um passeio ou outras atividades de domingo. Sobre a possível conexão entre os grupos, ela avaliava:

⁶² Cf. “Entrevista com Sônia” *apud* MONTEIRO, 2002, pp. 108-114.

⁶³ Não tive acesso aos meios de obtenção de informações mais detalhadas a esse respeito. O servidor indicou-me em específico, a existência de um grupo, do qual ele também participara, situado na Avenida Brigadeiro Luís Antônio, que fechou no final da década de 1990. Segundo ele me contou, alguns membros que o frequentavam então migraram na época para o Grupo III, pela proximidade de sua localização.

⁶⁴ Monteiro (2002) utiliza ao longo de seu trabalho dois registros diferentes para o nome desse grupo: Cedona e Cidana. Utilizei o segundo. Cf. “Entrevista com Sônia” *apud* Monteiro, 2002, pp. 108-114.

Com certeza depois poderei orientá-los para o grupo de *Neuróticos Anônimos*, não é verdade? Além disso, muitos divorciados poderão orientar os grupos de **Alcoólicos Anônimos**, porque muitos dos divórcios acontecem por causa do problema do álcool. Eu acho tão fabuloso o poder de extensão desses Programas de autoajuda, a gente nunca imagina as perninhas que eles têm, não é? É como um leque que se abre (Sônia *apud* Monteiro, 2002, pp. 113-114).

Ao lançar um olhar para o passado, Sônia reavalia que aprendeu muito com *Neuróticos Anônimos*: “*Convivi com pessoas com problemas de família, em todos os aspectos, de pai, de mãe, o que fez com que eu errasse menos na criação das minhas filhas*”⁶⁵. Ao lembrar das iniciativas realizadas junto aos grupos anônimos, ela teceu considerações saudosas de seus antigos projetos nos seguintes termos:

E hoje estamos aqui, **continuamos pensando o que podemos fazer mais**, pensando o que é que deixamos de fazer. Eu sempre uso uma frase que diz assim: **o que é que eu deixei atrás** (Sônia *apud* Monteiro, 2002, p. 114).

A herança de AA a *Neuróticos Anônimos*

Neuróticos Anônimos é uma **Irmandade***⁶⁶ formada por homens e mulheres que compartilham suas experiências, fortaleza e esperança para resolverem seus problemas emocionais comuns e dessa forma se reabilitarem da doença mental e emocional.

Para ser membro dessa Irmandade* basta considerar-se uma pessoa neurótica, ou seja, com perturbações emocionais, e ter o sincero desejo de sarar.

Em N/A não se cobram taxas nem mensalidades. As despesas de seu funcionamento são pagas com o dinheiro proveniente das contribuições de seus membros.

Neuróticos Anônimos não está ligado a nenhuma instituição religiosa ou política e não defende nem se opõe a nenhuma causa. Seu objetivo primordial é a transmissão de sua mensagem, mediante a recuperação de

⁶⁵ Cf. “Entrevista com Sônia” *apud* MONTEIRO, 2002, pp. 108-114.

⁶⁶ * Na maioria dos Países de língua espanhola onde existem Grupos de N/A, a palavra empregada é *Comunidade* (N/A, 2013).

seus membros, aos que necessitam de ajuda para encontrar uma vida feliz, livres da doença mental e emocional.

Alcoólicos Anônimos bondosamente concedeu permissão a N/A para usar seus Passos e seu Programa, como já tem feito em relação a outras associações de Anônimos. Desejamos expressar nossa gratidão a Deus e a Alcoólicos Anônimos por nos terem proporcionado os instrumentos necessários à nossa recuperação, os quais recebemos d'Ele por intermédio deles (“**Declaração da Assembleia Mundial**”, N/A, 2013b, p. 8 – **grifos originais**).

O texto acima é reproduzido do livro *Passos e Tradições a Caminho da Sanidade* que introduz a interpretação dos Doze Passos e das Doze Tradições de **Alcoólicos Anônimos** adaptados para *Neuróticos Anônimos*. Essa obra refere-se ao Programa de N/A como sendo de *auto diagnose, automotivação e auto ação, espiritual e não acadêmico* (N/A, 2013b, p. 5).

Os Doze Passos de *Neuróticos Anônimos* são os mesmos que os do **Alcoólicos Anônimos**, sendo *álcool* substituído por *emoções* no primeiro deles e, *alcoólicos* foi substituído por *neuróticos*, no décimo segundo. As Tradições de AA também se mantiveram na íntegra, sendo transpostas para N/A pela simples troca das designações referentes às duas associações em questão.

Entretanto, cabe destacar que não se trata de uma mera transferência de proposições já que para os objetivos de *Neuróticos Anônimos*, o Programa herdado de AA sofre algumas modificações. Em N/A, os Doze Passos estão na dependência de algumas premissas básicas da qual derivam interpretações próprias dessa associação nas propostas realizadas em torno das noções de *doença mental e emocional*. Falarei sobre esse assunto depois de abordar brevemente as duas bases fundamentais adquiridas por N/A do Programa de AA.

A crença em um Poder Superior e o inventário moral em N/A

Pode-se dizer que o fundamento de base da associação de ajuda mútua *Neuróticos Anônimos*, enquanto herança do Programa de **Alcoólicos Anônimos**, é a noção de que seus membros precisam ter ou formular uma noção sobre Deus ou um Poder Superior, estabelecendo com ele uma relação. A assertiva desse fundamento traz implícita a ideia de que as convicções religiosas se encontram abaladas sendo sugerido que seja feita uma revisão das próprias crenças. Isso envolve a premissa de que cada membro tem liberdade para construir uma concepção particular sobre o Poder Superior ou Deus.

A menção de Deus ou um Poder Superior consta em *seis* dos Doze Passos. A expressão *na forma que O concebíamos*, costuma aparecer com grifos em negrito nas publicações de N/A:

Segundo Passo – Viemos a acreditar que um Poder Superior a nós mesmos poderia devolver-nos à sanidade.

Terceiro Passo – Decidimos entregar nossa vontade e nossa vida aos cuidados de Deus, **na forma em que O concebíamos**;

Quinto Passo – Admitimos perante Deus, perante nós mesmos e perante outro ser humano a natureza exata de nossas falhas;

Sexto Passo – Prontificamo-nos inteiramente a deixar que Deus removesse todos esses defeitos de caráter; Sétimo Passo – Humildemente rogamos a Ele que nos livrasse de nossas imperfeições;

Décimo Primeiro Passo – Procuramos, através da prece e da meditação, melhorar nosso contato consciente com Deus, na forma em que O concebíamos, rogando apenas o conhecimento da Sua vontade em relação a nós e forças para realizar essa vontade.

Décimo Segundo Passo – Tendo experimentado um despertar espiritual, graças a estes passos, procuramos transmitir esta mensagem aos neuróticos e praticar estes princípios em todas as nossas atividades.

Tal reiteração não encobre o fato de que convicção a que se refere tem alicerces frágeis, justamente por aquele processo que Weber designou como *desencantamento do mundo* e a coexistência de novas formas de sentido que não aquelas anteriormente originadas exclusivamente da esfera religiosa (WEBER, 2004a).

Mas, mesmo o universo simbólico que pertenceu ao domínio das religiões é, no período atual, interiorizado, sobretudo, na forma de crenças pessoais (Cf. KAUFMANN, 2004) cabendo a cada um escolher em que acreditar. Conforme Dubar (2009, p.158), a dimensão religiosa foi privatizada no momento em que a instituição religiosa perdeu sua legitimidade.

O que pode ser notado entre membros de *Neuróticos Anônimos* é que a abertura existente no Programa quanto à revisão da fé acomoda múltiplos questionamentos às convicções pessoais dos próprios participantes, sendo expostos ao grupo nas reuniões.

Por meio dos relatos, os membros buscam problematizar os seus motivos, reformulando o sentido das próprias crenças e esboçando novos. As falas que transcrevo a seguir incidem sobre esse aspecto:

A mesma relação litigiosa que tinha com Deus, às vezes criava comigo mesmo. Passava a analisar, a racionalizar demais (...). **A diferença é que aqui em N/A eu encontrei um Poder Superior, outro Deus.** Eu temia o Deus que me fizeram conhecer e não podia mesmo confiar em quem eu temia. Naquele que me cobrava, que me vigiava o tempo todo para me castigar se eu falhasse (Euclides).

Antes de entrar na Irmandade **eu já era muito religiosa, só que de fachada.** Aqui admiti perante meus companheiros que não acreditava em Deus, mas que queria me recuperar, o que é o único requisito para fazer parte. E continuaram me aceitando. Então **concebi como o Poder Superior minha ficha de ingressante.** Eu precisava de algo material. E assim, com aquela fichinha eu me curei da síndrome de pânico, fiz cirurgia e cinco anos de tratamento no Hospital do Câncer (...). **Hoje eu concebo um Poder Superior amantíssimo, próximo a mim e não aquele autoritário, punidor.** Hoje confio naquele que me ama e sinto sim a presença dele constantemente em minha vida (Carol).

Por seu incentivo ao cultivo da espiritualidade, o Programa de *Neuróticos Anônimos* abrange o processo de (re)formulação subjetiva de concepções pessoais ou pode ser adaptado a todo tipo de manifestação de fé dos integrantes. Segundo um servidor: *até Deus pra nós e uma questão de conscientização* (Juliano).

A literatura de *Neuróticos Anônimos* sugere que seus membros precisam livrar-se de preconceitos e manter a mente aberta em relação a Deus, pois, a mente fechada é a mantenedora do estado da *carência espiritual*. Segundo *N/A*, ela acompanha o estado de enfermidade mental. Por outro lado, também a partir da ideia inicial de que a *doença mental e emocional* é causada pelo *egoísmo* ou *egocentrismo*⁶⁷, aceitar a ideia de um Poder Superior significa a descentralização do participante em relação ao seu “eu” e sua consequente abertura em relação *a outros*. Isto é, o cultivo da crença no Poder Superior tem uma dimensão moral, relacionada ao convívio social.

A literatura de *Neuróticos Anônimos* adverte que assim como não se deve cultivar o *orgulho*, considerando-se acima dos outros e buscando controlar tudo e todos, deve-se manter a *humildade* nos relacionamentos, reconhecendo que os humanos precisam do auxílio uns dos outros: “*quando a autossuficiência é norteadora de nossa vida e solucionadora de todos os problemas, exercemos o papel de Deus*” (N/A, 2013b, p. 21). O relato de uma servidora ilustra como essas questões são aprendidas nas salas de reunião de *N/A*,

⁶⁷ Explicarei essas premissas no próximo tópico deste texto.

Quando ainda era nova em N/A, eu depus e lembro que nesse dia eu estava muito triste e chorona e **um companheiro me falou que eu queria ocupar o lugar de Deus** porque eu não aceitava minhas limitações e não me permitia ser uma simples humana. E isso me causou um impacto tão grande que me fez repensar por dias. Eu até fiquei chateada com a pessoa, mas, **após refletir melhor e ser honesta comigo mesma entendi que a pessoa tinha razão.** Ela me deu um choque de realidade. Mas, companheiros, eu entendo hoje que tudo é uma questão de treinamento. **Estamos acostumados aos vícios mentais que, por muitos anos, dominaram a mente e talvez, pensando dessa forma, o N/A vem me ensinando que sou humana, falho e sempre tenho a oportunidade de voltar atrás.** Sempre que estou na doença eu me volto pra dentro de mim e refaço o caminho. É uma tarefa contínua. Vale a pena, pois o benefício é de tranquilidade, de paz (Tereza).

Como é possível perceber no relato acima, as diversas convicções dos integrantes de N/A passam por “uma tarefa contínua” de (re)elaboração subjetiva, sendo compartilhadas pelos relatos com os outros membros.

A importância da formulação de um conceito sobre um Poder Superior em *Neuróticos Anônimos* é bastante relativa. Conforme o Programa de N/A sugere, não se pode atribuir nenhuma espécie de culpa a Deus pelas coisas, nem se pode ocupar o lugar dele e a tudo e todos controlar. Ou seja, se o poder divino é relativizado, ele também não pode passar a impressão para o membro isolado de que tudo depende dele mesmo – ele precisa da ajuda de *outros*.

O Programa sugere ao participante a necessidade de haver um *equilíbrio* formulado conscientemente entre as coisas que ele deve *aceitar* e aquelas que ele pode *mudar*. Assim, por um lado, essa ponderação visa libertar o indivíduo a seguir adiante, apesar de seu sofrimento, superando as situações vividas sobre as quais ele não teve opção ou responsabilidade. Por outro lado, há uma ênfase de que o integrante deve assumir a *responsabilidade pessoal* na condução de sua vida. Os depoimentos transcritos abaixo mostram como essas questões podem ser interpretadas de acordo com cada membro:

Antes eu parava e pensava: **poxa, Deus! É certo que não sou uma pessoa boa, mas tem tantas pessoas que fazem atrocidade com as outras e porque eu tenho que sofrer com o descontrole emocional e essas outras não?** Entendi que mesmo não gostando de me fazer de coitadinha sempre gostei que as pessoas me vissem como uma fortaleza. Mas compreendi que eu fazia isso com Deus e de nada adiantava porque **a culpa era minha e não Dele. Então parei de perguntar** e comecei a ver o lado bom da doença emocional e percebi que **isso me fez mudar com as pessoas que amo.** Porque vi quem realmente estava do meu lado. E também comecei a dar valor para pequenas coisas da vida! (Denise).

Tudo pra minha família é Deus. Dá vontade de perguntar a eles: então foi Deus que me fez ficar sozinha aos sete anos de idade morando com pessoas que abusavam de

mim? (...) estou cansada dessa hipocrisia, parece que quando eu ou eles falam de Deus, eu deixo de fazer por mim pondo nas mãos dele. E sinceramente? Acho que está mais na minha mão do que na Dele (...). **Quando tenho meu livre arbítrio para escolher se quero ou não algo? Posso viver sozinha oras, e se não quiser um parceiro? E se não quiser casar?** (...) A Karina de dois ou três anos atrás achava que Deus faria tudo por mim e que se eu rezasse e pedisse teria porque Deus me daria. Hoje não penso assim, **eu penso que Deus vai me dar conforme merecimento e ação. Logo eu acho que o que falta em minha vida e tento mudar é justamente isso. Eu agir por mim mesma, me amar, me respeitar.** Enfim, eu precisava falar disso, pois é uma nova visão na qual vejo Deus de forma diferente, mas, não que eu não o ame (Karina).

Os outros *cinco* Passos referem-se a um posicionamento ético perante a vida e em relação a outros. Passando ao domínio das relações humanas, a literatura de *Neuróticos Anônimos* sugere que se deve eliminar o hábito compulsivo de culpar a si mesmo ou a outros, tomando a responsabilidade pelos próprios atos e convicções, admitindo a parte ativa que se desempenha na própria enfermidade com base no autoconhecimento (N/A, 2013b, p. 34).

A postura ética a ser assumida pelo participante para que possa alcançar a recuperação de seus problemas mentais e emocionais – cuja causa é o *egoísmo* – envolve ações de base moral a serem tomadas individualmente. Elas supõem o reconhecimento pelo sujeito de seus defeitos de caráter, o seu conhecimento a respeito deles por meio do seu inventário moral, da confissão e retratação dos próprios atos perante outros:

Primeiro Passo – Admitimos que éramos impotentes perante nossas emoções – que tínhamos perdido o domínio sobre nossas vidas.

Quarto Passo – Fizemos minucioso e destemido inventário moral de nós mesmos.

Oitavo Passo – Fizemos uma relação de todas as pessoas que tínhamos prejudicado e nos dispusemos a reparar os danos a elas causados.

Nono Passo – Fizemos reparações diretas dos danos causados a tais pessoas, sempre que possível, salvo quando fazê-lo significasse prejudicá-las ou a outrem.

Décimo Passo – Continuamos fazendo o inventário pessoal e, quando estávamos errados, nós o admitíamos prontamente.

Os depoimentos a seguir referem-se à assunção dessa postura:

Quanto ao orgulho, é um conceito irreal que eu adquiri e um sentimento de onipotência e vaidade, de me colocar acima dos outros. Mas, com isso nasce o complexo de inferioridade (...). **Percebi que a ajuda que dava aos outros sempre foi ajuda a mim mesma.** E quando as expectativas não eram conforme eu gostaria, a mágoa, ressentimento e etc. e tal tomava conta de mim. E fiquei doente fisicamente e emocionalmente. **Precisei me rever, olhar o outro como a mim mesma e perdoar. Às vezes, com muita dor. Mas se eu tinha expectativa de gratidão, era problema meu.**

E precisava me ver e rever. E então comecei a tentar exercitar o perdão. Confesso que, às vezes, dói muito, mas, ele me faz muito mais bem do que a decepção, a raiva, o rancor por causa do que meu ego almejava (Viviane).

Relacionando a questão da responsabilidade com a minha vivência, sou assim: impulsivo, ansioso, começo coisas e deixo pra trás, não tenho perseverança para colher frutos. Quando começo uma coisa seja qual for já me vem na cabeça todas as dificuldades e acabo desistindo. Mudo de trabalho como mudo de roupa. Não me apego à pessoa nenhuma e coloco a culpa nos outros que não se importam comigo. Não construo relações e nada. Isso é devastador na minha vida. Sem paciência, sem persistência. **E sofrendo, vendo os outros que foram conseguindo, se ajeitando na vida. E fico sentindo como que fiquei para trás. Antes eu não me via assim responsável pelo meu próprio sofrimento** (Rogério).

Como é possível perceber por esses depoimentos, o Programa incentiva o autoconhecimento mediante a autocritica e revisão do *modo de interpretar a vida*, a própria conduta e a de outros. *Neuróticos Anônimos* sugere a seus participantes que além de mudar o modo de perceber as coisas, deve-se mudar o próprio comportamento pelo *aprendizado de um novo modo de viver*.

Conforme assinala Roehe (2004, p. 9), o Programa de *N/A* se manifesta como uma versão terapêutica da doutrina cristã na qual, ao longo do tempo de participação o membro evolui da condição de receptor para a de doador da mensagem cujo conteúdo é *voltar-se para o outro*. Entretanto, cabe assinalar que o próprio autor reconhece que a efetividade da associação depende da continuidade das pessoas que alcançaram algum bem-estar. Isto é, são os integrantes mais antigos que estimulam a participação, por meio de seus relatos sobre a experiência positiva de mudanças pessoais dentro da Programação, na medida em que, na prática, constituem *exemplos* para os novatos e iniciantes que buscam a própria recuperação. Assim, o participante individual reconhece a importância dos outros para o seu bem-estar pessoal, passando a cultivar a convicção de que ele mesmo também é capaz de transformar a sua própria condição.

Doença mental e emocional em *N/A*

Essa afirmação de que “Saúde mental é ter amor e carinho pelas pessoas e sentir-se próximos delas”, feita pelo Dr. Dennis O’Donovan em uma entrevista sobre *Neuróticos Anônimos* transmitida pela televisão americana, expressa o que de há muito vimos repetindo nas páginas do JOURNAL (...) saúde mental é amar as pessoas, ter consideração por elas e procurar servi-

las (“Transcrito do JOURNAL OF MENTAL HEALTH de setembro de 1967”, N/A, 2001, p. 100).

Como na citação acima, um aspecto interessante verificável na literatura de *Neuróticos Anônimos* é a menção frequente a noções populares veiculadas em programas de televisão e outras mídias para exemplificar as explicações sobre o comportamento, as emoções e os problemas psíquicos intercalando, ora noções referentes ao conhecimento psicológico, ora elementos de inspiração cristã.

A abordagem sobre a literatura de *N/A* decorre de minha experiência de participação nas reuniões dos grupos. Somente a partir dela pude apreender quais noções ali cristalizadas são postas em movimento, ganhando vida no cotidiano dos participantes, nos encontros da associação. Com base nisso, recortei dos textos as informações que considere mais significativas para os membros dos grupos que frequentei.

Alcoólicos Anônimos dirige-se ao alcoolismo, problema mais facilmente apreendido já que pode ser mapeado no comportamento do indivíduo, obtendo dessa associação uma abordagem prescritiva que focaliza o *parar de beber*. A adaptação de seu Programa a *Neuróticos Anônimos* envolveu algumas especificidades. Os problemas emocionais carecem de um referencial normativo claro, pois não há um *comportamento padrão* definidor para a doença mental e emocional. Assim, *N/A* adotou a configuração da *ideia-base da doutrina cristã para defini-la como uma única doença, uma coisa só* (ROEHE, 2004, p. 405).

Considero ser um aspecto interessante o fato de as publicações de *Neuróticos Anônimos*, apesar de fazerem referências a uma miscelânea de ideias psicológicas já ultrapassadas, incluindo menção a autores como Freud e Jung, não serem marcadas por matrizes explicativas de caráter acentuadamente biológico como aquele que é exibido pelo pensamento psiquiátrico contemporâneo. Isso parece dar contornos distintos à literatura de *N/A* em relação ao aspecto característico das produções literárias de **Alcoólicos Anônimos** que, influenciada pela ciência médica das décadas de 1930/40, representada, principalmente, pela figura proeminente do Dr. Silkworth, sugere aos seus membros determinada relevância de aspectos fisiológicos para a interpretação do alcoolismo (Cf. LUCAS, 2015, p. 81-89), apesar da concepção de doença proposta por essa associação escapar a sentidos estritamente biomédicos.

O que se observa a partir do material de *N/A* é que a combinação de elementos psicológicos e cristãos ali presentes, mesclados a noções de senso comum, encurta a distância entre a noção de doença mental e os conteúdos de caráter moral. Como efeito, isso estimula os

integrantes nas reuniões da associação a problematizarem os seus problemas psíquicos a partir das dificuldades que enfrentam em suas vidas cotidianas mobilizando, para isso, toda uma gramática própria dos grupos e atribuindo às suas vivências um sentido pessoal e existencial.

A noção de doença mental e emocional segundo *Neuróticos Anônimos* está disposta, principalmente, naquele que os participantes chamam de “livro vermelho”. Intitulado *As Leis da Doença Mental e Emocional*, ele reúne transcrições de artigos publicados no *Journal of Mental Health* datados da segunda metade da década de 1960. Essa é a publicação mais vendida nas salas de reunião dos grupos por mim frequentados. No grupo III, os exemplares se esgotavam em poucas semanas, havendo sempre uma lista de espera para novas encomendas.

De acordo com *N/A*, *a doença mental e emocional é uma doença espiritual*. Sendo uma única doença, é sempre a mesma para todos os indivíduos, apenas variando suas manifestações ou sintomas em cada um. Sua causa é o *egoísmo inato, que impede a aquisição de amar*. Seu tratamento, que consiste na *eliminação do egoísmo e na aquisição da capacidade de amar*, pode ser aplicado imediatamente; caso contrário, a doença progride. (N/A, 2001:1). Em paralelo ao parar de beber no AA, em *Neuróticos Anônimos*, *o doente deve parar o egoísmo-egocentrismo* (ROEHE, 2003, p. 405-406).

Na produção escrita de *N/A* consta o argumento de que todo ser humano já nasce egoísta, precisando adquirir a capacidade de amar pelo aprendizado:

Pode-se perfeitamente prever que qualquer criança com seu egoísmo inato ainda presente terá dificuldades em seu relacionamento com os pais, irmãos e coleguinhas. E o mesmo irá acontecer mais tarde, em seu relacionamento com chefes, amigos, parentes, em suma, com TODO MUNDO e em QUALQUER SITUAÇÃO. É inevitável. Não há como impedir que isso aconteça se não aprender a amar. Passará depois a sentir grande solidão, culpa, remorso, medo, e todas as demais torturantes emoções próprias da doença mental e emocional profunda. Continuará cada vez mais doente se não se tratar, podendo tentar o suicídio ou voltar-se para as drogas, o crime, ou outro tipo qualquer de comportamento antissocial. Não haverá esperança enquanto não superar o seu egoísmo e aprender a amar (N/A, 2001, p. 3 – GRIFOS ORIGINAIS).

Segundo essa literatura, a solidão, o isolamento, a retração nas relações sociais faz com que o indivíduo seja angustiado, não encontrando paz de modo algum. Em decorrência

disso, em sua busca por amor, seu comportamento é dirigido para atrair a atenção e aprovação de outros. No entanto, para receber amor é preciso dá-lo primeiro.

A ideia de um *egoísmo inato* em *Neuróticos Anônimos* aparece como sendo ligada ao estágio inicial do desenvolvimento humano. Segundo N/A, a mente do bebê não é uma *tábula rasa* sendo tomada por emoções e desejos negativos e pela *preocupação absoluta consigo mesmo*. Isso decorre do “*trauma do nascimento*” (N/A, s/d, p. 13), no qual o bebê é violentamente empurrado para um novo ambiente, no qual ele vai ter que, sucessivamente, aprender a cuidar de si. O recém-nascido deve *aprender a fazer muitas coisas por si mesmo*, tais como respirar, ingerir alimentos, urinar, defecar, além de expressar suas necessidades e mover intencionalmente seu corpo e, nessa fase, seu egoísmo é necessário para garantir a satisfação de suas necessidades e sua *sobrevivência*.

Assim, tanto a saúde como a doença mental e emocional são determinadas, não pelo corpo físico e biológico, mas *pela experiência adquirida* no evento do nascimento e no período posterior a ele: “*se o recém-nascido logo aprender a amar e a cooperar, ele se tornará uma pessoa mental e emocionalmente sadia. Se não aprender a amar e a cooperar, permanecerá egoísta*” (N/A, s/d, p. 14). É apontado que todos os seres humanos podem alcançar a recuperação, já que o aprendizado é possível em qualquer momento da vida ou em qualquer idade.

Quanto à definição de doença *espiritual*, ela diz respeito a “*pensamentos e emoções*” (N/A, 2001, p.13), no seguinte sentido:

A sabedoria popular de há muito vem empregando a palavra ‘espiritual’ ou ‘espírito’ para descrever o estado de ânimo das pessoas (...) se referem ao modo de sentir, de pensar, de encarar o mundo, bem como à maneira de uma pessoa se colocar diante da vida. Consequentemente, ‘espírito’ está sendo aí considerado a soma das emoções, pensamentos, atitudes, crenças, modo de sentir, tudo, enfim, que leva o ser humano a agir da maneira que o faz (N/A, 2001, p. 13).

De acordo com o texto, os elementos físicos e mentais envolvidos são apenas parte da composição do *espírito total* do indivíduo, sendo a prova disso que a submissão a testes médicos minuciosos não aponta o problema no nível fisiológico, levando à conclusão de que se trata de uma *doença mental e espiritual*.

A visão holística do ser humano contida na noção de *espírito* inclui o significado referente àquilo que não pode ser considerado do ponto de vista físico, relacionado à “*alma*” (N/A, 2001, p. 15). Conforme N/A é preciso ter uma relação harmoniosa de crença em um *Poder Superior*, designado como *Deus segundo a concepção de cada um*:

Poderá concebê-Lo como sendo a força da gravidade, por exemplo, ou o movimento dos átomos, a evolução, o amor entre os seres humanos, qualquer coisa enfim, não importa qual seja. É preciso apenas (...) que admita a existência desse poder, isto é, a existência de Algo superior a si mesma. Essa crença irá ajudá-la a eliminar o egocentrismo (tão acentuado nos doentes emocionais), a fim de que possa vir a se tornar um ser humano no exato sentido da palavra. É dessa forma que poderemos sair de nós mesmos (N/A, 2001, p.15).

Essa redação continua apontando que esse *Poder* pode ser tomado do mesmo modo como *o amor entre os seres humanos*:

Não resta dúvida de que o simples fato de vir a amar seus semelhantes fará com que a pessoa doente se transforme. Deixará de nutrir aversão pelas demais pessoas e de manter-se retraída, passando a amá-las e desejar estar em sua companhia. Isso é realmente mudança (...) que só opera mediante ajuda ‘espírita’(...) Se observarmos uma pessoa que tenha passado por essa transformação, que se tenha recuperado, logo veremos que ela é feliz, afetuosa, procura ajudar seus semelhantes e seu ‘estado de espírito’ é muito bom. Antes da mudança, porém, ela era mal-humorada, sujeita a zangas, incapaz de demonstrar afeto, irritadiça, e seu ‘estado de espírito’ não era bom. Fisicamente não houve alteração (N/A, 2001, p. 16).

O “*livro bronze*”, como os participantes dos grupos de Neuróticos Anônimos o designam, é uma publicação de título *A etiologia da doença mental e emocional*, que reúne artigos datados de 1968 a 1978 e expõe a noção de amor proposta por N/A, no artigo *Amor é compromisso e compromisso é amor*. O argumento nele contido é que o amor em seu *primeiro fluxo*, na forma de um *sentimento “mágico”* (N/A, s/d, p.98), é algo que não pode ser sentido continuamente devendo realizar-se como compromisso, assim se inscrevendo na duração. Do mesmo modo, a assunção de compromisso com o Programa de N/A é uma forma de amar verdadeiramente:

Para vencer e amar, precisamos assumir compromisso com as coisas e as pessoas que amamos, bem como empregar o melhor de nossos esforços no sentido de cumprir esse compromisso. Somente assim ESTAREMOS (...) SEMPRE CONSCIENTES do nosso amor (...) SIMPLEMENTE SABER QUE AMAMOS É COMO TER ENCONTRADO UM VERDADEIRO PARAÍSO NA TERRA (N/A, s/d, p. 98-99 – GRIFOS ORIGINAIS).

De acordo com N/A, *a pessoa doente é a autora de sua doença* e, embora não tenha sido de sua escolha ficar doente, ela precisa também *ser autora de sua recuperação*. Para isso, ela precisa receber ajuda, pois, sozinha, não consegue recuperar-se porque não conhece outra forma de se comportar, de ser ou agir, precisando *aprender uma nova maneira de viver* (N/A, s/d, pp. 22-23).

Tendo sido infeliz na infância, à medida que o indivíduo cresce, pode tornar-se um adulto angustiado, perturbado e com sintomas psicossomáticos que remetem à sua totalidade humana – “*alma, mente e corpo*” (N/A, s/d, p.52). A mudança de personalidade necessária envolve o fato de que o doente tem uma carência espiritual: “*a saúde é proporcionada pelo amor*” (N/A, s/d, p. 6), isto é, o amor realizado na forma de *compromisso*.

Apesar da ênfase no amor ao próximo existente na abordagem da literatura de *Neuróticos Anônimos*, no cotidiano de funcionamento das reuniões dos grupos, o compromisso é entendido como algo a ser assumido, antes de tudo, pelo participante individual *pela sua própria recuperação*. É a dinâmica da ajuda mútua que transforma isso numa prática ética envolvendo o integrante na *ajuda a outros por sua participação no grupo* e, cujo valor ele deve aprender a reconhecer. Nas reuniões da associação, o dinamismo característico envolvido na interpretação dessas noções será demonstrado na apresentação dos depoimentos dos próprios membros na Terceira Parte deste trabalho, onde voltarei a destacar alguns desses aspectos mais essenciais.

Terceira Parte

As reuniões dos grupos

O Programa de Recuperação de *Neuróticos Anônimos* envolve muitos elementos distintos. Nesta seção, pretendo abordar aspectos que se circunscrevem às reuniões. Elas apresentam o formato típico dos grupos anônimos em que há um conjunto de rituais, de contornos simples, regulando as interações no grupo (Cf. BUENO, 2008; CARDOSO, 2006; FERREIRA, 2012). Em *N/A* considerei relevante observar como o conjunto de princípios que norteiam o funcionamento dos encontros são socializados. Isso envolve o aprendizado de uma conduta ética bastante peculiar dos membros nos encontros dos grupos

Entendo os *processos de socialização* segundo o proposto por Dubar (2009, pp. 211-213), com ênfase no aprendizado experiencial, o qual implica a apropriação ativa, pelos sujeitos, das normas e valores que regem o espaço de interação dos grupos de *N/A*, e por sua vez, possibilidades de reinterpretações, avaliações subjetivas e de envolvimento pessoal com as atividades da associação.

Buscando ajuda para mudar

Procurei Neuróticos Anônimos quando **ouvi pelo rádio os depoimentos de pessoas que sofriam de depressão** e estavam se recuperando num grupo em minha cidade. (...) **No grupo ouvi pessoas falarem** que era a impotência perante as emoções que causava os sintomas torturantes dos quais eu sofri durante toda a minha vida. **Foi um alívio encontrar uma explicação para o que eu sentia.** A literatura de *N/A* informou-me que a minha maneira de interpretar a vida e os acontecimentos é que me levavam àquele sofrimento que me era incompreensível. (...). **A identificação dos meus sentimentos, poder falar sobre eles e principalmente aprender que eles me identificavam como um ser humano** que necessitava de ajuda e que **também podia ajudar outros** a se sentirem bem foi o maior milagre da minha vida (...). **Eu mudei graças a *N/A*.** De uma pessoa infeliz, revoltada, solitária, medrosa, depressiva, eu me tornei alguém que confia na vida, sente alegria, é útil e feliz. **Aprendi a fazer escolhas** e estar nesta Irmandade maravilhosa e **poder colaborar para que outros também saiam da depressão** hoje anima e dá um sentido especial a minha vida. À Irmandade de Neuróticos Anônimos sou eternamente grata (I.N. – Depoimento⁶⁸ – **grifos meus**).

O depoimento acima reproduzido foi retirado da *Revista de N/A Novos Horizontes*. Do mesmo modo que ele faz referência ao rádio, grande parte daqueles que procuraram os grupos

⁶⁸ Neuróticos Anônimos. Refletindo sobre a depressão. *Novos Horizontes* – Revista Brasileira de Neuróticos Anônimos, n. 61, março, 2013. São Paulo: ENABRA, pp. 35-36.

que frequentei durante esta pesquisa indicaram as mídias como sendo os veículos mais importantes de divulgação de *Neuróticos Anônimos*. E, similarmente a essa transcrição retirada da literatura de N/A, a temática da depressão foi apontada pelos frequentadores das salas de reunião como sendo o motivo principal pela procura de ajuda da associação.

O depoimento a seguir é de uma jovem na ocasião de sua primeira visita à reunião de um grupo. De modo curioso, as motivações que manifesta têm traços diferentes daqueles que são geralmente declarados:

Eu tomei conhecimento do N/A procurando na *Internet* se havia apoio pra pessoas que sofriam de depressão. Não acredito que seja exatamente o meu caso porque não estou triste a maior parte do tempo. (...) Desde adolescente... (...) acho que uma dificuldade que tenho seria com a autoestima um pouco baixa. E quando as pessoas são agressivas comigo é ruim. Eu sei que tenho que ser forte porque a gente cresce, mas, **não vejo porque as pessoas têm que me tratar tão mal. Criam milhares de barreiras entre si, grupos. Como se todos nós não fossemos a mesma coisa.** E enfim, a gente acaba se adaptando, mas **seria bom não precisar se defender tanto.** E no final **acabamos vendo que só podemos contar com nossa família.** Não tenho muitos amigos porque a maioria do tempo as conversas são de assuntos que não me interessam. (...) **Eu procurei por aqui porque sinto falta de conversar sobre coisas mais profundas.** Hoje o mundo gira tão rápido que quando vai ver a pessoa nem tá olhando pra você, só pro celular dela. Só ali colada pra ver quem curtiu o perfil dela no *Facebook*, aquela coisa narcisista! [risos] (Luana).

Frequentemente, os participantes de *Neuróticos Anônimos* relataram que antes de conhecer a associação buscaram outros auxílios para seus problemas emocionais. Segundo eles, ao falarem de seus problemas com familiares e amigos eram incompreendidos ou mal interpretados. O problema apontado é *não ter com quem falar* sobre suas dificuldades.

De acordo com Simmel (1983), a sociabilidade envolve o afastamento de tudo aquilo pertencente ao âmbito individual que é mais interior e subjetivo. Sem que haja redução da expressão pessoal, sua exacerbação manifesta tornaria impossível ou mesmo insuportável a própria reunião. E isso não apenas para aspectos sociais como riqueza, posição social, fama, mas também aqueles relativos à personalidade, os traços mais profundamente pessoais da vida de alguém, que se opondo à dinâmica própria da interação devem ser eliminados dela:

A manifestação de disposições meramente pessoais de depressão, excitação, desespero – em resumo, o claro e o escuro da vida mais íntima. Esta exclusão dos elementos mais pessoais se estende até mesmo a certos aspectos do comportamento (SIMMEL, 1983, p. 171).

Assim, na vida cotidiana, a manutenção das relações sociais, das quais são afastados os conteúdos mais profundos da existência, tem um caráter de superficialidade. O relato realizado por uma integrante, dito num tom de ironia, é bastante incisivo a esse respeito:

Eu vivo num mundo de aparências. Tenho que estar bem! Tenho que estar equilibrada! Porque eu sou cutucada a toda hora: vem um engraçadinho ou outro e, eu tenho que entender que nada é feito contra mim. Tenho que ter uma mente muito segura, equilibrada. Acho que palavra adequada é equilibrada. E eu não sou nada disso! **Eu não sou equilibrada, eu não tenho essa mente, eu sou doida né!** E esse é o primeiro passo da minha aceitação (...) minha inteligência intelectual quer ludibriar minha inteligência emocional. Porque emocionalmente eu sou deficiente. E aí minha inteligência vai lá e cria artimanhas pra maquiar por dizer assim, que eu sou desequilibrada (...) **eu fico tentando esconder o tempo todo, as minhas falhas de personalidade.** Emocionalmente não consigo lidar com isso com clareza, dói muito. Então acho que deixando isso aparecer aos poucos na medida em que **vou tentando me modificar, porque pra isso eu preciso fazer bastante esforço, esforço mental mesmo.** Porque toda provocação que eu tenho ou pode ser algo que vai me frustrar e não corresponder as minhas expectativas, eu sou reativa. E eu preciso lutar comigo e fazer força mental pra não reagir. E é difícil não reagir. **Porque eu tenho emoção violenta que é aquela que vem e então eu quero falar tudo que vem na cabeça, os sentimentos, as emoções** (Kelly).

Ao procurar *N/A*, muitos dizem que os conselhos recebidos das pessoas mais próximas não ajudavam ou tinham o efeito contrário, causando mágoas, ressentimentos e reforçando o sentimento de fracasso ou de baixa autoestima. Muitos integrantes dizem que sofrem nessas situações, com o isolamento social. Conforme o relato de uma participante: *nós neuróticos sabemos que acabamos afastando todos os que estão à nossa volta* (Lígia).

Os membros dos grupos referem-se significativamente a tratamentos psiquiátricos e terapêuticos anteriores à busca por *N/A*, além de mencionarem a procura por auxílio em religiões, cultos, igrejas e padres. A combinação desses auxílios ou a substituição deles pela participação na associação é uma questão muito variável e individual. Isso porque o auxílio de *N/A* tem características distintivas.

Os depoimentos dos novatos na ocasião da primeira visita ao grupo revelam em grande extensão as marcas da cultura psicológica na qual estão inseridos. Esses relatos também são expressivos em relação à expectativa do tipo de ajuda que *N/A* oferece. Sobre esses aspectos, indico os depoimentos a seguir:

Descobri o *N/A* pesquisando na *Internet*. Foi uma iluminação: **pela primeira vez vi alguém falando sobre atitudes e formas de conduta de uma maneira simples e direta.** (...) Não achei tão complicado quanto aquelas coisas que lemos de psicologia. **Tenho baixa autoestima.** Nem sei se um dia tive autoestima na vida. Nem de criança,

que eu me lembro, era feliz e realizada. Sempre ansiosa e com medo, me sentindo menos do que sou. Durante muitos anos, **culpei minha família porque eles forçavam a barra para me enquadrar em seus padrões**. Do tipo: ou você é assim como eu quero ou senão não serve. Mas tenho notado, depois de conhecer o N/A, que **tenho parte ativa nisso**. E se isso, num primeiro momento me deu medo, agora tem estimulado **minha autodescoberta**. (...) **Meu objetivo aqui é buscar suporte** para sustentar a batalha e não cair. Não quero desistir de tudo como tenho feito. Inclusive, no último ano uma oportunidade ótima de trabalho surgiu. Algo que sempre quis fazer, mas por causa da baixa autoestima tenho me sabotado e posto tudo a perder. (...) **Quero deixar de ser neurótica** e finalmente viver uma vida feliz. Quero parar de complicar, deixar de ser egoísta e desfrutar da amizade das pessoas, da saúde e da minha família (Cláudia).

Faço tratamento com remédios já tem um tempo, mas não sei se isso está me ajudando muito. **Queria poder fazer alguma coisa por mim mesmo**. Sofro de síndrome do pânico e um irmão da igreja me indicou esse grupo. Não sei muito sobre vocês, mas fui a outra reunião já e me senti à vontade. Tenho síndrome de pânico e depressão. Mas vou começar como disse uma companheira, com uma coisa de cada vez. **Quero me integrar com vocês e poder ajudar aos outros**. É difícil quando os sentimentos se apoderam de nós. E daí tudo o que você pretendia fazer se desfaz. (...) Quero definitivamente me livrar desses sentimentos e acho que encontrei um lugar que me dará apoio (Felipe).

Os membros de N/A constantemente mencionam seus problemas pessoais em termos médicos e psicológicos para explicar a experiência vivida, como no relato abaixo:

Estou vivendo como se não estivesse no mundo. Estou sentindo tonturas e sensação de ser um mero expectador da minha vida. Essa sensação está me trazendo uma grande tristeza porque já não sou dona da minha vida. Fico mais **introvertida**, não consigo participar de conversas na minha família, me concentrar no trabalho, um desespero toma conta de mim. Ando muito **depressiva** e com **baixa autoestima**. Já até tentei ajuda espiritual, mas não sei o que faço. Eu sinto um desespero tão grande que não sei explicar. Nas crises a **ansiedade** me dá tremores, fico achando que vou ter uma **crise de pânico**. Uma vontade de sair correndo, mas, ao mesmo tempo muito medo... **Tenho medo de perder minha identidade** e de repente me ver no meio da rua como uma pessoa desorientada, **sem rumo, como um mendigo, sem família, sem nada** (Cecília).

O questionamento sobre a identidade é comum entre os participantes que dão depoimentos mais fortemente marcados por crises existenciais relacionadas a manifestações depressivas. Porém, as questões pessoais envolvidas na busca pelo auxílio de *Neuróticos Anônimos* estão ligadas a inúmeras circunstâncias da vida cotidiana: dificuldades em relacionamentos, mortes de parentes e entes queridos, conflitos familiares, divórcios, problemas profissionais, mudança da condição de emprego, problemas escolares, etc.

Menções sobre *dificuldades de socialização* também são bastante comuns. Há muitas referências de integrantes sobre ter sido uma *criança diferente, introvertida, problemática, quieta, frágil, depressiva*, com problemas de saúde física, etc. A isso se relacionam vivências

de *bullying* entre os pares, na infância e adolescência, e desempenho escolar insatisfatório. As dificuldades em relacionar-se muitas vezes se referem à *educação autoritária* oferecida pelos familiares. O depoimento de uma integrante exemplifica essa questão:

Tenho muita dificuldade para chorar. **Como desde criança quando ia chorar não podia, eu seguro e não choro. Sinto, por causa disso, meu peito pesado.** Minha mãe faleceu faz quase um ano e eu posso contar nos dedos às vezes que chorei. Umas quatro em um ano. Não sei por que sou assim, queria chorar, colocar pra fora. Acho que me sentiria mais feliz, mais leve... **Tenho que trabalhar isso, essa ansiedade pelo novo,** esse impedimento, e pôr para fora minha dor e as emoções variáveis no dia a dia (Karina).

As interações problemáticas na vida adulta envolvem diversas questões, referentes a relacionamentos amorosos e amizades, desempenho no ambiente profissional, de inserção acadêmica e no mundo do trabalho, instabilidade no casamento e nas relações com os filhos.

Os iniciantes nos grupos contam que, quando procuraram ajuda no *N/A*, estavam em busca de respostas, conselhos e referências para *mudar*. Mencionam busca na *Internet* por textos sobre depressão, medo, pânico, solidão, ansiedade, etc., tanto religiosos como psicológicos, e da literatura de autoajuda. Além disso, também indicam a procura por outros grupos de ajuda mútua.

Também relatam que essa procura é atravessada pelo que entendem como sendo *fugas de si mesmo* mediante o uso de álcool, drogas, medicamentos, entre outros *vícios e compulsões*, como cigarros, jogos, relações sexuais casuais, viagens, fazer compras ou comer excessivamente, etc. O álcool, os medicamentos, os psicotrópicos e outras drogas são apontados como sendo *anestésicos* das emoções e dos sentimentos incômodos vivenciados. Conforme dizem os participantes, por esse caminho se chega ao *fundo do poço* porque os problemas se acumulam e não vão embora sem que sejam enfrentados.

Mesmo as atividades rotineiras, como trabalho e estudo, quando vivenciadas como sendo *automatismos* e sem motivação, são apontadas como *fugas para ocupar a mente e não a deixar sozinha* ou *divagando*. Como os integrantes de *N/A* contam, a sensação é a de não ter *estrutura* ou de estar *vazio por dentro* ou *desaparecendo*. A solidão vem a seguir e a própria vida é sinalizada como não tendo mais *sentido*.

Uma participante afirmou numa reunião que *antidepressivos te põem em pé, mas, não resolvem escolhas ruins*. O seu depoimento transcrito abaixo é ilustrativo sobre o sentido da necessidade de *mudança*:

É difícil questionar tudo aquilo por que passamos na vida. Não é fácil contrariar o que aprendemos por muitos anos. A sensação é a de ficar sem chão. Cresci numa família problemática com pai ausente e, cercada de mulheres solitárias, amargas e infelizes. **Aprendi desde pequena com minha mãe e irmãs a ser insegura (...).** Quando passei pelo divórcio foi difícil sair do buraco porque não podia recorrer ao que tinha antes. **Tomei muito remédio e foi só pra poder continuar trabalhando e sustentando minha filha.** Mas não tinha motivação pra fazer mais nada. Meus amigos todos se afastaram de mim dizendo que eu tinha me tornado uma pessoa negativa (...). Vi que, para eles, eu era uma pessoa fraca, vazia, cheia de mágoa e raiva. Mas nem eu mesma me suportava, não me sentia bem quando estava sozinha comigo mesma e não sabia como ser diferente, como lidar com as coisas de outro modo. **Eu precisava de mudanças (...). Eu sentia que precisava de novas referências** (Adriana).

Nem todos os novatos que chegam às salas de reunião manifestam seus motivos pela busca de ajuda em *N/A*. Dentre aqueles que continuam frequentando os encontros do grupo, grande parte permanece por certo período em silêncio, só ouvindo os outros falarem. É comum que os participantes rememorem que quando chegaram ao grupo *já não estavam mais conseguindo falar ou conversar* com as pessoas.

Por outro lado, verifiquei, nos relatos dos membros de *N/A*, que, em diversas situações, se referem como sendo identificados de modo estigmatizante, como *neuróticos(as)* e outros termos (como *maluco(a)*, *depressivo(a)*, *esquisito(a)*, *ansioso(a)*, equivalentes ao sentido aqui referido), que são muito variáveis, mas, indicam sempre um defeito ou inadequação pessoal.

Para Goffman (1975), o estigma envolve características ou atributos que os indivíduos possuem, identificados por outros como sendo negativos, degradando suas imagens nas interações, isto é, tendo o efeito de marginalizá-los socialmente. Cabe apontar que os atributos negativos considerados pelo autor são construções sociais, avaliadas segundo uma escala valorativa.

Nas falas dos participantes, é possível verificar que o processo de estigmatização provoca a perturbação da autoimagem, estabelecendo-se um conflito. Isto é, para aqueles que buscam o auxílio de *N/A*, instaura-se uma *crise de identidade* (Cf. DUBAR, 2009; 2011) envolvendo o questionamento: *quem sou eu realmente? O que eles dizem que eu sou?*

O depoimento de uma participante, reproduzido abaixo, é exemplar quanto às circunstâncias referidas pelos membros de *N/A*:

De pequena **meu irmão me chamava de neurótica** porque eu tinha muito problema de saúde e alergia. Minha mãe morreu quando eu tinha seis anos e eu era uma criança depressiva. Ele me chamava de hipocondríaca e neurótica. Isso ficou na minha cabeça porque eu comecei a trabalhar muito nova e sem experiência. Não me adequava. E

minha supervisora me chamava de neurótica (...) era horrível, me envergonhava (...). Diziam-me que eu tinha medo da vida. Mas era meu jeito de ser que incomodava. O que me fez buscar o grupo foram as minhas emoções descontroladas e minha baixa autoestima que tem atrapalhado meu cotidiano e minhas relações sociais. **Aqui me identifiquei com os depoimentos e me descobri sendo uma neurótica. Na minha família ninguém me ajuda e todos me ignoram. Pra eles sou a louca, maluca, desequilibrada.** Já estou acostumada a lidar com a ignorância da minha família. (...) **busquei ajuda médica e sofri preconceito,** pois a médica olhou para mim disse que não tinha nada, como se eu tivesse ido lá só para obter uma receita. Mas, não, eu fui buscar ajuda! O importante é que cheguei aqui e **descobri que existem outras pessoas que passam pelo mesmo problema que eu e que posso descobrir novas formas de vencer tudo isso. Também quero ajudar a outros com minhas experiências (...) como uma caixa vazia, destituída de tudo que já aprendi até aqui, quero aderir a um novo modo de me curar** (Luíza).

Mas, se uma situação vivenciada gera maneiras de definir-se a partir da definição recebida de outros – *me chamava de neurótica (...) era horrível, me envergonhava* – num outro contexto, o sentido engendrado pelo modo de se dizer também é modificado: *aqui me identifiquei com os depoimentos e me descobri sendo uma neurótica (...) posso descobrir novas formas de vencer tudo isso*. Nesse caso, observa-se a recusa da identificação depreciada, recebida anteriormente pela integrante que, por meio de sua participação no grupo de N/A, tem a possibilidade de (re)formular definições valorizadas de si mesma oferecendo-as para que sejam validadas pelos outros.

É por meio da participação que se estabelecem relações e referências originais que são construídas e compartilhadas com os membros dos grupos, mas é o participante individual que deve criar *novos sentidos* sobre a sua história, especialmente *para si mesmo*. A Programação de N/A estimula o integrante a narrar-se a si mesmo, de modo independente e, ao mesmo tempo, partilhando essa experiência com os outros.

A literatura de *Neuróticos Anônimos* também coloca ênfase na possibilidade da mudança por ação do próprio indivíduo:

Cada um deve escolher o tipo de pessoa que deseja ser e procurar adotar as características do que for escolhido. (...) VOCÊ PODE SER O QUE QUISER. A escolha cabe a cada um de nós. Se você não quiser mais ter distúrbios emocionais, pode modificar essa situação e curar-se (...). Somente é necessário querer mudar e depois esforçar-se para isso (N/A, 2014, p. 20 – GRIFOS ORIGINAIS).

O ambiente dos encontros

Os encontros de *N/A* ocorrem em salas fisicamente bastante semelhantes às aquelas encontradas nos recintos escolares. Elas são espaçosas, modestamente mobiliadas e escassamente adornadas, às vezes alojando um pequeno cômodo onde fica o banheiro. Poucos elementos distraem a atenção, o que contribui para que as experiências narradas pelos participantes estejam em destaque.

Uma mesa ocupa o centro, à semelhança daquela de um professor. É onde se senta o coordenador, posicionado de frente para as cadeiras onde os outros membros se acomodam. Elas são dispostas pelas laterais da sala tendendo à formação de um círculo e, no centro, voltadas para frente de modo que sua quantidade possa comportar o maior número possível de pessoas que cheguem à sala. Geralmente há mais cadeiras do que participantes, mas, em situações excepcionais de lotação, sempre se encontra um lugar para sentar. Do lado esquerdo da mesa do coordenador, há uma única cadeira que é ocupada por cada depoente, no momento de sua fala perante os demais.

Há alguns móveis e objetos auxiliares, como armários, um quadro branco ou lousa, às vezes um ventilador e uma lixeira. Para o momento do café, há uma mesa lateral comumente localizada perto da saída, onde fica uma cafeteira, um bebedouro ou jarra de água e são servidos biscoitos. Às vezes, são também oferecidos chá e bolo, que alguns membros, geralmente mulheres, levam voluntariamente.

Observa-se ainda um mostruário lateralmente disposto onde ficam expostos alguns exemplares da literatura de *N/A*, como livros, revistas e panfletos que atraem a curiosidade, estando disponíveis para compra. Alguns folhetos são para distribuição gratuita.

Sobre a mesa central ficam alguns objetos, como: caneta e papéis, um caderno para ordenar a inscrição de nomes dos que desejam dar depoimentos, uma campainha, minuteria e uma plaquinha que servem para marcar o tempo de cada relato e, o chamado *livro azul*⁶⁹ que dispõe as falas do coordenador a serem reproduzidas ao longo das atividades. Há ainda um vidro, onde são depositados os valores, para a contagem do que for recolhido na sacolinha de doação voluntária. Na mesa, ainda é possível notar uma caixa de lenços de papel, cuidadosamente colocada ao alcance daquele que se sentar na cadeira destinada ao depoimento.

⁶⁹ Neuróticos Anônimos. *O Grupo de N/A. Como Funciona*. São Paulo: ENABRA, 2006.

Essa mesa é coberta por uma toalha verde com a sigla de *N/A* em branco. Pregado à sua frente é visualizado um cartaz intitulado *As máscaras da doença mental e emocional* com figuras representando faces humanas indicando: raiva, medo, ansiedade, ressentimento, ciúme, auto piedade, preocupação. Abaixo, é reproduzida a sua versão em preto e branco, em inglês⁷⁰:

Atrás e ao lado dessa mesa, há alguns cartazes e placas com os princípios e lemas da Irmandade. Entre eles, verifica-se certamente aqueles que expõem os Doze Passos e as Doze Tradições de *Neuróticos Anônimos* e a Oração da Serenidade:

Concedei-nos, Senhor, A **Serenidade** necessária para aceitar as coisas que não podemos modificar, **Coragem** para modificar aquelas que podemos e **Sabedoria** para distinguir umas das outras (Oração da Serenidade – Neuróticos Anônimos⁷¹ – *grifos originais*).

⁷⁰ NEUROTICS ANONYMOUS N/A. Faces of Mental and Emotional Illness. Can you afford it? Acesso em abril 2014. Disponível em: < <http://neuroticosanonimos.us/neurotics.html>>.

⁷¹ Cf. Disponível em:< <http://www.neuroticosanonimos.org.br/quem-somos.html> (Acesso em jan. 2014).

Alguns anúncios que ali constam também colaboram para enfatizar a importância dos relatos. Um deles diz *Fale de você* ou, uma variante, *Nos ajude. Fale de você*. Outro dispõe: *Nada muda se você não mudar*. E, ainda: *Só por hoje evitarei o descontrole emocional*.

Além desses, há uma placa versando sobre o anonimato: *Quem você vê aqui, O que você ouve aqui, Quando sair daqui, Deixe que fique aqui*. Pareceu-me que esse material compõe um *kit* básico para o funcionamento de todo grupo de *N/A*.

Em um dos grupos, havia uma placa com o dizer: *Evite o primeiro ressentimento*. Também chamava a atenção um gráfico retirado de um dos livros da associação, exposto num cartaz afixado logo na porta de entrada. Reproduzo-o a seguir:

Nas salas dos grupos de *N/A* que frequentei, havia um crucifixo discretamente pendurado na parede. Assim como nos três casos considerados, grande parte das reuniões dos grupos anônimos ocorre em salas anexas a igrejas católicas, onde, por vezes, no mesmo horário, está havendo missas. Segundo Ferreira (2012), o fato desses grupos geralmente se reunirem nas imediações dessas igrejas deve-se ao papel desempenhado por elas e por associações cristãs na consolidação dos primeiros grupos de **Alcoólicos Anônimos**, no Brasil, ao final da década de 1940. Nessa época, segundo aponta, a Associação Cristã de Moços (ACM) foi responsável por mediar a comunicação do primeiro grupo de **AA** do país,

estabelecido no Rio de Janeiro, com a sede da associação nos Estados Unidos e, mais tarde, seus membros que tinham ligação com a igreja católica estabeleceram contato entre pessoas envolvidas com grupos de AA em todo o país (FERREIRA, 2012, pp.46-47).

Pude notar que os locais onde são feitas as reuniões de *Neuróticos Anônimos*, em São Paulo, quase sempre são pontos de encontro concomitante de AA, NA e Al-Anon. As salas de N/A que frequentei eram utilizadas por mais de uma das associações de ajuda mútua, mas em datas diferentes. Às vezes, reuniões de um ou mais grupos ocorrem simultaneamente em salas paralelas. Seus membros não se encontravam, pois, a via de acesso a esses recintos era distinta e, além disso, percebi que as reuniões eram agendadas com alguns minutos de diferença.

As datas de reunião dos grupos de N/A da cidade de São Paulo parecem ser combinadas entre eles de modo a não coincidirem com aquelas realizadas em cada zona da cidade. Alguns grupos têm reunião em dois dias da semana. A grande maioria dos encontros ocorre no período noturno e aqueles que se reúnem nos finais de semana, comumente o fazem no período matutino ou vespertino.

Os participantes dos grupos que frequentei não costumam juntar-se nas proximidades do local de encontro. Alguns membros, a maioria deles servidores, são bastante pontuais, às vezes chegando antes e ficando algum tempo depois de a reunião terminar.

Estar na sala de reuniões entre iguais

Um aspecto que me chamou a atenção desde a minha primeira visita a um grupo de *Neuróticos Anônimos* é que grande parte do conteúdo dos depoimentos dos integrantes refere-se à *própria experiência de participação*.

Os relatos elaborados a esse respeito definem que o tipo de relacionamento mantido com o grupo é de caráter único. Os participantes comumente se referem, nas falas, à *sociedade lá fora*, indicando que aquilo que é compartilhado com os outros membros nos encontros de N/A possui exclusividade e que o que é experimentado junto nos encontros dos grupos é diferente do que é vivenciado nas suas atividades do cotidiano.

Os membros constantemente mencionam *a sala* em seus depoimentos, referindo-se tanto ao grupo como à associação, remetendo assim à *Irmandade*. Ela designa diversos locais de encontro, realizados em outras épocas e com participantes diferentes. Eles dizem ali terem encontrado a si mesmos ou que têm o sentimento de estar em casa, entre *neuróticos* ou *iguais*:

Não existe nada mais importante e raro que amor de pai e mãe. Essa perda foi muito complicada para mim. Na maior parte do tempo a tristeza me arrastava com choro e lágrimas doloridas. Não queria mais viver (...). **Pensei que eu era um ET** e que nessa terra, além de ninguém me compreender, não existiam pessoas que admitissem ser iguais a mim. **Aqui no grupo estou me encontrando**. Agradeço muito a Deus por ter me guiado até essa sala. Hoje estou bem melhor porque ontem fui ao grupo [de N/A] (Alice).

Só por hoje essas palavras: impaciência, baixa estima, não estão fazendo parte da minha vida. Nessa semana eu fiz 56 anos, mas me considero com menos seis porque esse é o tempo em que Deus teve compaixão de mim e me colocou numa **sala de neuróticos** (...). **Só agora estou conseguindo uma felicidade duradoura porque encontrei essa sala** (Jandira).

Eu preciso do N/A pra me sentir entre os meus iguais né, assim, sabe? As pessoas que estão aqui, que sofrem, que já passaram pelo o que eu passo ou que ainda estão passando. Então, porque quando eu estou **lá fora**, assim, no meu trabalho, então eu fico querendo me isolar mesmo porque eu não me sinto como as outras pessoas, **eu me sinto totalmente um ET** né (Sílvia).

Os integrantes de *N/A* costumam relatar que a participação lhes proporcionou *qualidade de vida*. Como mencionado no depoimento acima, a participação no grupo é percebida como *o encontro de felicidade, da alegria de tomar parte* e também como *um sentimento de pertença*. Os participantes consideram que bem-estar emocional se liga à identificação comum com os outros membros do grupo, sendo percebido como uma *energia* ao estar entre os pares:

As reuniões nos ajudam a nos conhecermos e nos dão uma sensação de pertencimento, já que **estamos todos no mesmo barco**. Aqui **percebemos que não somos anormais**. Somos falhos, temos defeitos, erramos e também sofremos. Somos humanos como todos os outros (Marcos).

O grupo me faz ter força para compreender que **eu não sou a única** e que tudo na vida passa (Mariana).

A gente se sente melhor pela energia da sala (...) **podemos falar nos sentindo compreendidos e não somos julgados** (Guilherme).

A gente sente na vibração da sala, a serenidade (...) **aqui me sinto eu mesma** (Lúcia).

Eu devo esses dias estar muito mal porque minha esposa, que nunca me deu apoio para que frequentasse o N/A, me sugeriu que voltasse (...). Que bom que hoje estou aqui. Preciso da **força** da sala pra me reerguer nesse momento (...) **quando vinha pra cá, no caminho me sentia um ninguém** (Décio).

Os participantes de *N/A* costumam dizer que os laços constituídos com o grupo são *uma escolha* fundamental para sua vida, entre os vários tipos de relação mantidos com a

família, o trabalho, outros tipos de associação de que fazem parte, etc. Isso fica evidente no relato reproduzido abaixo:

Quando eu estou aqui, isso me energiza e me faz sentir bem (...). Essa necessidade do ser humano (...) de se sentir pertencente a um espaço, a um grupo. E isso a gente tem aqui. E lá fora a gente não tem isso: na família, às vezes no trabalho a gente é só um número, a gente é só uma pessoa a mais. E aqui não e a gente sente isso né. **Eu me sinto mais pertencente aqui do que com meus cinco irmãos, com meu pai e com minha mãe. Então isso é muito saudável.** (...) Então eu sou muito grato a vocês por gerarem essa energia né. De acolhimento, de família (Guilherme).

Toda essa atmosfera é gerada pelo incentivo daqueles mais dedicados que afirmam constantemente a importância da presença dos participantes nas reuniões. Essas falas são de servidores:

Sem vocês o Programa não existe. É a presença de vocês aqui que o faz funcionar (Camila).

Fico contente com a presença dos novatos na sala. Com a presença da senhorinha. Não tem hora pra vir pro N/A! (Reinaldo).

Muitos falam que depressão é frescura. Eu também dizia. Hoje sei que não é. E venho na sala, trago bolo, chá, tudo que possa fazer aos meus companheiros se sentirem queridos! Pois, só por hoje eu não vou permitir que a causa emocional tome conta da minha vida (Carol).

A gente vem aqui, abre a sala. Servir é gostoso! É gostoso ver essa sala cheia! É gostoso ver mais gente chegando! Ouvir pessoas que chegaram aqui falando “eu não tenho mais nem vontade de conversar” e que agora dizem que estão melhorando (Marinete).

O caráter eletivo do vínculo mantido com a associação é indicado pelos membros em seus depoimentos. Muitos afirmam: *o N/A é a minha família escolhida!* E também, *o N/A é a família que sempre me acolhe!*

Os servidores costumam dizer que a participação em N/A lhes possibilitou *levar uma vida com mais sentido*. A participação vista como um projeto permite que o participante, ao longo do tempo, perceba a sua evolução na Programação. Como aparece no depoimento de uma servidora:

Quando cheguei aqui, não suportava mais tanto sofrimento. **Decidi participar das reuniões e estudar a literatura e isso foi libertador, pois vi morrendo o que me fazia sofrer e renascendo o que eu sempre quis ser. Perseverei em N/A e logo me vi agradecendo ao Poder Superior, Deus, como eu O concebo, por ter me dado a liberdade de poder fazer a Programação sabendo que encontraria uma luz no fim do túnel. Hoje, levo uma vida com mais sentido** afastando o egoísmo e encontrando a felicidade de

estar aqui entre os companheiros, sendo útil e contribuindo com a Irmandade (...). Entendi que era necessário parar de tentar remediar minha situação; **assumir a responsabilidade na minha recuperação e compromissos (...) me fizeram sentir calma e livre de sofrimento** (Tereza).

Os relatos reproduzidos abaixo revelam as primeiras impressões das experiências de iniciantes no grupo. O sofrimento tende a ceder à satisfação de participar:

Hoje eu estava precisando sentar nessa **cadeirinha mágica** (...) que consegue me ajudar a perceber e a sentir algumas coisas sempre que estou precisando colocar algumas coisas pra fora. Eu comecei recentemente e preciso agradecer a N/A porque senti uma **melhora significativa** comparando a como estava quando cheguei aqui (...). Estou me sentindo com menos sofrimento porque aqui **a gente percebe que o outro também está passando por algo parecido**. Eu não conheço totalmente o método, mas, percebo alguma evolução [no Programa] (Artur).

Sinto certa alegria por estar aqui, mesmo me sentindo louca e me expondo a vocês. Parece que eu preciso de coragem aqui nessa cadeira. Não sei por que essa alegria misturada ao nervosismo. E vira tudo uma bagunça de sentimentos dentro de mim e não consigo me expressar direito. Que vergonha enorme! Por favor, me desculpem. Sou rígida demais comigo mesma e **aqui nesse grupo quero ser eu**, mesmo com muita vergonha de falar aqui (Clarisse).

A *cadeira* é especialmente mencionada pelos participantes como um local de aprendizado, indicando que em N/A se aprende a *ouvir e a falar no momento certo*. A perceptividade sobre a importância do controle do conteúdo da fala e da forma de dizer-se aprendida com o grupo é transposta pelo participante à sua rotina cotidiana:

Embora esteja madura em idade, ainda de me sinto uma criança que precisa aprender a andar, a escutar aquela voz interna acima de tudo. Porque muitas vezes você é pega desprevenida com a atitude das pessoas. A princípio, você quer revidar na mesma moeda, mas isso eu sei que seria insensatez. **Então quero aprender a falar o necessário na hora certa**. E no Programa eu quero aprender a ter sabedoria que me servirá para ter sabedoria na hora certa lá fora com certeza (Elidia).

Eu comecei a identificar que sou uma pessoa que falo demais. Ou eu fico procurando problema em mim né. **Aprendi a não falar muito das minhas coisas pras pessoas que não estão dispostas a me ouvirem ou não vão me entender por isso que eu venho numa sala como essa. Só que assim eu tenho que prestar atenção porque eu falo demais, eu tenho que identificar essa ansiedade, essa carência e ver o que rola que eu falo demais**. E esse é um exercício que faço vindo nessa sala. É um autoconhecimento. Porque eu tenho que reconhecer onde que eu estou pisando (Joana).

Como os participantes costumam dizer, a *partilha* é o momento da fala no qual ocorre o que os membros chamam de *terapia do espelho*, o processo de identificação com o outro

considerado como *igual*, e de aprendizado e experimentações de si. Pelos depoimentos é possível perceber que a experiência de participar, de dar depoimentos ao longo dos encontros, envolve ao mesmo tempo a identificação com o outro e a descoberta de si como alguém autêntico:

Foi sentando nessa cadeira que pude sair do isolamento e deixar de me sentir uma ilha. **Foi aqui que encontrei a minha voz, que aprendi a expressar aqueles sentimentos que não podia falar com mais ninguém.** Pude ver que existem outras pessoas vivendo dificuldades semelhantes e até piores que as minhas. E aqui sei que posso falar sobre isso e ser compreendida. Descobri pessoas incríveis que partilham o seu sofrimento, a sua angústia, seus medos tal como eu. Mas não é fácil (Clara).

O que me anima é saber que não estou sozinha e que alguns companheiros aqui já passaram e, talvez, passem pelo que estou passando de vez em quando. Mas é triste sentir-se um peixe fora d'água no meio das pessoas. Eu não sei se elas é que fingem certa alegria de viver ou se sou eu que me tornei melancólica, paranoica, ou sei lá. Acho que a diferença é que me dei conta dos vícios de atitudes que preciso superar. E isso me afasta das pessoas em geral. Por exemplo, apenas **aqui eu vejo que posso ser eu mesma, falar dos meus problemas sem ser julgada, dizer as dificuldades de superar meus defeitos de caráter.** Quem, no mundo lá fora, daria ouvido? Será que só eu tenho problemas? Desculpe companheiros, lá venho eu sendo pessimista de novo e não quero contaminar ninguém! Até porque estou bem melhor na companhia de vocês (Karina).

Quando comecei na Programação tinha imensa dificuldade de falar o que eu estava sentindo, de expressar o meu emocional. O divórcio foi muito difícil para mim. Fiquei sozinho e tive vontade de abandonar tudo (...). **Pude observar os companheiros e companheiras que também sofriam e continuavam vindo aqui ajudando, participando (...).** Parei de me culpar por tudo que deu errado na minha vida. Entendi que também sou humano (...) **comecei a me aceitar do jeito que sou e a valorizar o que tenho de bom** (Cléber).

A aprendizagem como produto das interações do participante de *N/A* com os seus parceiros no grupo e o seu empenho em ser reconhecido como um membro singular, simultaneamente socializado e personalizado, envolve a interpretação pessoal de sua própria experiência de participação e a administração de suas identificações: aquelas que os outros fazem dele e as que ele mesmo faz. Ao integrante, cabe construir as próprias referências identitárias, buscando realizá-las pela sua fala, propondo-as para que sejam desse modo, confirmadas pelos seus pares.

Falar sobre si mesmo envolve a construção de uma imagem de si que pode ser reformulada a cada reunião. Muitos afirmam que, com a participação, esperam *se fortalecer*, sugerindo que o que é dito ali pode definir o seu “eu”:

Nunca tive amizade ou alguém que pudesse me ouvir. Choro sozinha e imploro forças a Deus para conseguir viver mais um dia... Pois não tenho tido forças... Às vezes, acordo e penso que não deveria ter acordado, mas quando vou ao quarto e vejo minha filha me encorajo. (...). **Nunca me abri com ninguém e hoje estou aqui, tentando me fazer de forte e quase gritando pra que todos me ouçam. Quero poder ser feliz, quero me esforçar, mas preciso de forças. Por isso não sei se posso dizer que tenho orgulho de mim... Mas espero com a ajuda de vocês me fortalecer...** Desculpem se falei demais, mas, acho que pela primeira vez consegui falar (Maíra).

Observa-se no relato acima que a participante deposita confiança em si mesma, no estabelecimento de *sua* força. A constituição de uma imagem de si por meio de seus depoimentos, na frequência continuada às reuniões, reforça a sua convicção, compartilhada com os outros integrantes, de que ela pode transformar-se. O membro de *N/A* pode tanto reivindicar para si como dispensar outras identificações recebidas anteriormente porque, no contexto dos encontros da associação, *ele* se torna o elemento de definição mais estável de seu *eu*.

Os engajamentos na participação no grupo são processos subjetivos autônomos envolvendo a (re)constituição biográfica ou de uma imagem de si que requerem, para a sua concretização, o seu compartilhamento com os outros membros que a confirmem. Assim, cabe assinalar que a identidade pessoal se estabelece num processo de (re)criação ao mesmo tempo individual e coletiva, no sentido proposto por Dubar (2009), ancorada na convicção compartilhada pelos participantes de *N/A* da competência de cada membro individual em fornecer uma definição válida de si mesmo.

Conforme pode ser ilustrado pelos depoimentos abaixo, constantemente, os integrantes de *N/A* dizem, por meio de seus relatos, que encontraram, na associação, *estrutura e sustentação*:

Quem tiver que reclamar, tem que vir aqui na frente chorar e reclamar mesmo, fazer sentir o que incomoda. Mas o programa pra mim não é só isso. **É um sustentáculo** que ajuda as pessoas (Rafael)

Os servidores são certamente tomados pelos membros como figuras exemplares com relação ao compromisso assumido *com a própria recuperação*, a partir do Programa de *N/A*. Eles estão sempre expondo suas próprias falhas e defeitos a serem modificados, transformados – pelo modo de interpretarem as coisas e de perceberem a si mesmos.

Em seus depoimentos, os servidores expressam a importância do *aprendizado* como um processo permanente e constante, incompleto e aberto. As suas narrativas pessoais, assim

como a de outros membros, estão em contínua (re)construção, mas também pelo aspecto de apreensão de um saber acumulativo baseado nas experiências compartilhadas no grupo.

Ao desenvolver o seu relato, uma servidora sinaliza um aspecto interessante sobre a troca de experiências de vida no grupo e como a identificação com o vivido pelo outro incide na percepção de si:

Faz mais de trinta dias que **meu chuveiro quebrou** e somente hoje me dei conta que **eu mesma posso trocar** e que eu mesma posso resolver esse problema doméstico como inúmeros outros. E quão cega estive a partir do momento **que não me sentia capaz de nada. Sou sim capaz de muita coisa!** Apenas às vezes não aceito essa capacidade em mim (...). Lá no outro grupo [de N/A] **entre companheiras mais velhas que eu, uma delas narrou um problema que tive a vida inteira. E eu ali ouvindo, pensando e vendo-a chorar. Mas a solução dela eu já sabia.** Então só por hoje eu peço ao Poder Superior que me guie, me entenda e que faça de mim uma pessoa melhor. Porque só por hoje eu sou uma pessoa que está tentando se livrar da neurose para ter uma vida melhor para mim mesma e os que me cercam (Carol).

A fala de outra servidora é interessante pela reflexão que faz sobre a sua participação:

Sinto-me grata por N/A porque o Programa funciona realmente. Eu, porém, quero praticá-lo com mais afinco. Tenho sentido uma apatia, muito sono e alguns sintomas que estão me incomodando. Procurei ajuda médica, fiz exames e eles ficarão prontos na próxima semana. Porque quero tirar a dúvida se é depressão. Devo ser sincera em dizer que não me sinto muito bem... Porque, **muitas vezes, eu penso que por participar das reuniões e ser servidora, eu preciso estar sempre bem... Mas, eu tenho minhas limitações e passei muitas provas.** Principalmente com meu notebook que ficou no conserto um tempão e depois houve um temporal em casa e fiquei dias sem *Internet*. Não pude fazer meus trabalhos e não deu pra vir servir no grupo. Isso tirou minha serenidade. Devo confessar a vocês... Mas, agradeço por estar de volta. Agradeço por vocês existirem (Regina).

Esse outro relato, proferido em tom retórico e expressivo é de um servidor. Ele exemplifica a autocrítica como característica comum dos relatos dos integrantes de N/A. Vale notar que ele situa a doença emocional como algo situado no âmbito da cidadania, do convívio com os outros – algo que perturba o “cidadão”:

Eu não tenho dúvida que eu sou neurótico (...). A neurose é uma doença emocional e ela progride com o mental e **o cidadão fica perturbado.** (...). Não é fácil. Mas, **a partir da hora em que você começa a mudar, começa a se respeitar, tudo muda** né. (...) Eu tenho problema com raiva, problema com inveja, problema com ciúme, tenho problema com intolerância. (...) **Eu sofri demais já, de depressão de todas essas coisas. De introversão, de tudo.** (...) Eu já briguei no trânsito, com minha filha no carro, atrás, minha esposa. O cara podia ter dado um tiro não em mim, mas na minha filha. E é isso, as pessoas se matam no trânsito (...) porque mexeu com a mulher! A neurose é isso! (...) **eu fui um cara perturbado, eu só pensava besteira, não tinha um segundo de paz,**

era terrível. (...) o neurótico é um cara muito complicado. Como eu! O Programa é isso, é simplicidade. É pra ser um cara normal. É pra ser um ser humano. Tudo isso daqui é pra ser um ser humano, pra corrigir seus defeitos. Só isso. Pra ser humano igual aos outros. Nada de melhor. Eu sempre achei que eu era especial que eu era melhor que os outros. E vivia com um cobertor nas costas. Que coisa né? (Reinaldo).

Afirmações similares às de Reinaldo são frequentes nas falas dos membros de *N/A*: *sou um ser humano como outro qualquer, todos temos falhas, errar faz parte da humanidade, somos iguais, estamos sempre aprendendo, sei que posso melhorar e/ou mudar*, etc. São os integrantes mais velhos que as dizem reiteradamente, marcando bem os seus relatos. Por outro lado, comumente, tais afirmações acompanham autocríticas como: *achava-me melhor que os outros, considerava-me superior, achava que sabia tudo, que eu era especial*, etc. Isso tudo fornece um estímulo para que os membros mais novos se sintam confortados pela companhia dos pares, reconhecendo também a possibilidade de aprendizado proveitoso por meio das experiências relatadas pelos outros participantes do grupo.

Formatos das reuniões

Com duração de duas horas, as *reuniões semanais* típicas são usualmente divididas em duas partes iguais, entre as quais se faz uma pausa bastante rápida para o café, cuja duração varia de sete a dez minutos. Nesse momento há certa agitação, idas e vindas, trocas rápidas de palavras, orientações, informações e breves conversas fluidas e amigáveis. Se há novatos presentes, os membros entram em contato com ele, mas, procuram deixá-lo à vontade. Há animação adicional quando um dos participantes leva bolo.

Embora sigam o mesmo modelo no funcionamento das reuniões, cada grupo apresenta algumas variações sutis. Em geral, a primeira seção da reunião é destinada ao estudo da literatura do grupo, previamente combinada, e a segunda, aos depoimentos. Mas, em alguns grupos, o tempo de estudo pode ser bem pequeno, havendo *reuniões de estudo* agendadas noutras datas para um maior aprofundamento e discussão de textos da associação.

No Grupo III havia uma modalidade diferente de reunião, denominada *californiana* que ocorre ali habitualmente uma vez ao mês. Em geral, esses encontros contam com um número menor de participantes, gerando um ambiente mais intimista. As cadeiras são então dispostas num círculo e, em vez de serem chamados pelo coordenador para darem seus depoimentos, são os próprios companheiros que indicam uns aos outros, passando a fala àquele escolhido. Segundo eles me explicaram *o objetivo desse tipo de reunião é trabalhar a*

rejeição, já que, nos grupos, se formam afinidades entre alguns. Percebi que membros também manifestam inibição em fazer a escolha envolvida, sendo esse outro aspecto do comportamento a ser trabalhado nesse formato de encontro.

Outro tipo de reunião são as chamadas *temáticas*, em que um convidado que tenha bastante conhecimento sobre o Programa é chamado para falar, não somente a membros de *N/A*, mas a um público mais amplo. Sobre esse tipo de evento, questionei a um servidor do Grupo II: *é como uma palestra?* Ele explicou-me:

É quase uma palestra. A gente só não pode ter que é uma palestra porque pode passar a ideia de que o cara é supra qualquer coisa. Então numa temática ele desenvolve um tema pra gente não ter muito essa coisa de idolatrar: ah o cara lá, ele sabe tudo! Palestrante dá ideia de que ele é o máximo! **E um temático pode ser qualquer um de nós sobre um tema que a gente possa ter entendido ou melhorado.** Aí a pessoa pode vir a ser convidada pra falar ou contar a história dela (Juliano).

Algo que me chamou a atenção foi que, entre os convidados para uma temática, no terceiro grupo, estava um psiquiatra bastante conhecido pelos membros de *N/A*, por *aplicar os Doze Passos em seu trabalho na clínica* e por indicar com frequência o grupo para seus pacientes. Devido a isso, é considerado na prática como um membro da associação (por levar a mensagem de *N/A* àqueles que sofrem). Anita, uma servidora, que disse ter iniciado sua participação em *N/A* por sugestão desse médico, falou-me que ele tem um programa na *Rádio Boa Nova*⁷², realizando diversas palestras, disponíveis na *Internet* pelo *YouTube*⁷³.

Caso um membro queira expor um conflito usando mais tempo, é prevista a possibilidade de ele solicitar uma *reunião fechada* e convidar aqueles de sua confiança para participarem, trazendo suas experiências. Entretanto, não soube da realização de acontecimentos desse tipo nos grupos que frequentei.

Outra relação de maior confidencialidade que pode ser estabelecida entre membros, sugerida pelo Programa, é a eleição de um padrinho ao qual o necessitado possa recorrer pessoalmente, para fazer confissões mais íntimas ou em momentos críticos. No âmbito das reuniões, não tive como saber sobre o apadrinhamento entre os integrantes nem percebi

⁷² A *Rádio Boa Nova* foi criada para divulgação do trabalho do Centro Espírita Nosso Lar, situado no bairro de Santana, na cidade de São Paulo. Em 1958, essa instituição começou a dedicar-se ao atendimento de crianças portadoras de deficiências intelectuais e físicas. Dentro dessa proposta, a emissora passou a difundir informações sobre o assunto a possíveis interessados, envolvendo um público mais amplo. O médico em questão tem um programa chamado *Novamente*, tendo como objetivo a discussão dos transtornos mentais a partir de seus aspectos biológicos, psicológicos, sociais e espirituais. Cf. Disponível em: <http://radioboanova.com.br/programacao/nova-mente/> (Acesso em julho de 2015).

⁷³ Naquelas que assisti pelo *YouTube*, o especialista palestrava sobre problemas mentais e emocionais combinadas com princípios do espiritismo, na mesma linha de seu programa no rádio.

indícios de quem seria padrinho de alguém. Somente uma participante referiu-se à figura do padrinho no depoimento e um participante falou sobre seu apadrinhamento por um membro de AA, associação da qual também faz parte. Ao perguntar a uma servidora sobre o porquê desse aspecto do Programa não ser divulgado nos grupos, ela me explicou que:

A acolhida tem que ser bem-feita. Uma companheira que chegou aqui um dia desses, ela chegou pra mim e me pediu pra ser madrinha que ela estava muito mal. Então assim, uma hora a pessoa vai encontrar alguém em quem confia e ela vai pedir por isso. Isso se chama apadrinhamento. Mas assim, não sei como a gente aborda a divulgação disso, mas **se uma pessoa chegar nessa sala é porque ela está precisando muito** e aí ela chega aqui e não encontra o que ela precisa (...). É melhor fazer uma coisa bem-feita do que várias. Nós podemos oferecer essa Programação, só isso. Não precisamos fazer mais nada. Porque **se ela acolher essa Programação ela vai mudar de vida. Essa é minha experiência** (Marinete).

O estudo realizado durante as reuniões semanais é feito pela leitura voluntária, em voz alta, pelos participantes, dos textos da literatura de *N/A*. A isso pode se seguir uma rodada de depoimentos em que cada participante relata brevemente sua interpretação sobre o que foi lido. Uma variação é a proposição de perguntas relativas à literatura e ao Programa de *N/A* ou propostas de autoavaliação do comportamento, que são distribuídas em pequenos cartões plastificados. Nesses cartões há perguntas como: *Sou temperamental mudando repentinamente de ideia ou modo de agir ao sabor das emoções?* E, *Sou ciumento? Em que casos?* Outro diz: *Os problemas da minha casa têm afetado o meu equilíbrio emocional e minha maneira de viver?* Às vezes eles trazem múltiplas questões: *Já cheguei à conclusão de que o meu emprego e a felicidade da minha família dependem em grande parte da minha serenidade? Quando minhas emoções tentarem se descontrolar saberei resistir? Acredito que o descontrole emocional poderá arruinar a minha vida?* Ou ainda: *O Programa das 24 horas tem-me proporcionado mais tranquilidade, ou ainda me lamento pelo passado e receio o futuro, martirizando-me pelo que possa vir a acontecer?*⁷⁴ Com isso, busca-se estimular os integrantes à reflexão e à manifestação de suas opiniões, avaliações e interpretações pessoais, expondo-as ao grupo.

Nas reuniões, também o estudo da literatura de *N/A* é bastante incentivado pelos servidores:

O que eu vejo na programação e que é muito importante é seguir os Passos (...). Mesmo os alcóolicos, se eles não têm o hábito da leitura do Programa, eles entram, param de beber, mas não entram na Programação (...) ela é excelente pra a gente conseguir viver

⁷⁴ Anotações de Caderno de Campo, junho de 2015.

bem. Ela tem todos os ingredientes pra que a gente consiga superar essa neurose (Marinete).

Dinâmica das reuniões

“Nossa irmandade não faz nenhuma discriminação no que se refere a nível intelectual, grau de instrução ou condição social. A linguagem empregada em N/A é muito simples, pois é a que vem do coração, e essa todos nós somos capazes de entender e usar” (Neuróticos Anônimos).⁷⁵

As reuniões são iniciadas pontualmente e de acordo como o horário agendado desde que haja pelo menos dois membros na sala. Somente em situações excepcionais, houve atraso no Grupo I. Elas têm início com a coordenação sendo assumida voluntariamente por um dos participantes, por sugestões ou a convite de servidores.

Geralmente, o coordenador da reunião é um membro mais antigo e que já tenha demonstrado experiência no Programa. Comumente são integrantes de frequência assídua e que por isso têm certo conhecimento da dinâmica dos encontros do grupo e, às vezes, podem ser membros que já tomaram parte em reuniões de serviço que são abertas e divulgadas aos interessados acontecendo regularmente noutras datas agendadas. A fala de um servidor esclarece como é feita essa seleção:

Eu digo que é importante que a gente abra pra novas pessoas assumirem funções. Mas, **aquela pessoa que você vê que está tendo algum compromisso com o grupo**, que ela recolhe a fichinha que ela, né, pega uma xicara e guarda aqui, que ela começa a se comprometer com o grupo. E que **aquela pessoa começa a coordenar com o apoio da gente** e tudo mais. Que ela **tenha certa frequência na sala e que ela já vai aprendendo a dinâmica da sala**. Então é bom que ela frequente algum tempo e aí surge o convite pra ela aceitar e pra ir entendendo a dinâmica (Juliano).

A fala do coordenador organiza o funcionamento de todas as atividades do grupo, reiterando as normas de funcionamento e os princípios da associação, ao mesmo tempo iniciando o(a)(s) novato(a)(s) que estiver(em) presente(s). Isso é concretizado pela leitura do chamado *livro azul* e confere um aspecto característico às reuniões. Ele dispõe sobre o funcionamento do grupo com o mesmo roteiro de enunciados sendo repetidos em todos os encontros, independentemente da rotatividade de membros na função de coordenador.

Os participantes assumem uma postura de apreço e gentileza com os demais. Segundo as regras de funcionamento dos grupos, o coordenador pode chamar a atenção ou interromper

⁷⁵ Anotações de Caderno de Campo, leitura do *livro azul* pelo coordenador da mesa, abril de 2015.

delicadamente alguém que esteja falando sobre assuntos que não tenham relação com a sua própria pessoa ou se referindo a comportamentos de outros, mas não presenciei nenhuma ocasião desse tipo.

Notei que, mesmo nos dias de sala cheia, os membros de *N/A* desligavam espontaneamente o celular antes das reuniões, ou se desculpavam discretamente quando este tocava, não o atendendo mesmo assim.

Mesmo a movimentação, provocada por saídas antecipadas ou chegadas em atraso, não interrompe a ordem de atividades realizadas, pois a atitude dos participantes é sempre muito respeitosa em relação àquele que esteja falando, seja o coordenador ou outro membro do grupo dando depoimento. Em alguns desses casos, no momento do relato, alguns participantes realizam um breve pedido de desculpas pela perturbação.

O coordenador anuncia o início da reunião com a fala: *bem-vindos a mais uma reunião de Neuróticos Anônimos*. Após, ele informa as noções básicas a respeito da associação⁷⁶, a saber: uma Irmandade de homens e mulheres, reunidos com a finalidade da ajuda mútua para a recuperação da neurose por meio da prática do Programa adaptado de **Alcoólicos Anônimos**; definição de *neurótica* como sendo qualquer pessoa que perceba suas emoções interferindo em seu comportamento; a não filiação a seitas ou organizações religiosas, movimentos políticos ou instituições; ausência de posicionamento em controvérsias públicas ou combate de causas; o propósito de recuperação e auxílio a outros objetivando uma vida serena, equilibrada e feliz; gratidão a *Deus, na forma em que O concebemos, por intermédio de AA*⁷⁷.

Em seguida, é mencionado que embora a associação não tenha um caráter religioso, as suas reuniões costumeiramente são iniciadas com a recitação da Oração da Serenidade, que os presentes são convidados a realizar em conjunto.

Ao longo da reunião, os participantes não interrompem a fala do coordenador e se manifestam somente quando é feita alguma proposta, como a definição de texto para estudo. Ou, ainda, em ocasiões em que alguma questão é aberta para votação conjunta, a qual é designada como *consciência coletiva*.

As propostas à *consciência coletiva* são sempre realizadas pelo coordenador da reunião, com o apoio de servidores. Em geral, se nenhum dos presentes faz uma sugestão ou contraproposta, o coordenador realiza uma afirmação e pergunta sobre a anuência no grupo.

⁷⁶ São basicamente as mesmas constitutivas da Declaração da Assembleia Mundial de *Neuróticos Anônimos*, citada neste trabalho.

⁷⁷ Anotações de Caderno de Campo, junho de 2014.

Conforme mencionei anteriormente, isso ocorreu em minha primeira visita ao Grupo II. Na ocasião, por exemplo, foi perguntado ao grupo em conjunto (*consciência coletiva*) se ele concordava com minha participação nas reuniões. Ninguém se manifestou contra e o coordenador apoiado por servidores (um tanto titubeantes, diga-se de passagem) afirmou a anuência do grupo sobre a *concordância de minha participação como pesquisadora nas reuniões*, observando se haveria alguma manifestação. Então ele reafirmou a anuência como questão dada por encerrada. Mas, quando o grupo se manifesta dividido perante alguma proposta, ela é discutida brevemente e submetida à votação, sendo resolvida pela contagem da maioria.

Em alguns grupos pode ser que, instantes antes da reunião se iniciar ou logo no princípio, se faça a inscrição dos nomes dos que desejam falar naquela data. Ou então os membros do grupo podem manifestar-se ao longo da reunião, caso decidam que querem dar depoimento. Uma variante por mim observada no Grupo I foi a realização de um sistema de sorteio, mediante a distribuição de fichas numeradas na chegada dos integrantes à sala. Aquele que tiver o número chamado deve dar o depoimento. Considerei isso como um recurso do grupo para estimular os mais inibidos a falarem, fazendo sentido também pelo fato desse grupo, às vezes, contar relativamente com poucas presenças em algumas reuniões.

Usualmente, o coordenador empenha-se em dar a palavra a todos e somente mais de uma vez a um mesmo participante, se não houver outros que ainda não tiverem dado depoimento e desejem fazê-lo. Ele faz a mediação entre os relatos, intercalando suas falas com momentos de pausas breves. O efeito disso é que cada depoimento é isolado de sua voz, dando destaque ao espaço pessoal de fala que cabe a cada um.

Na primeira parte da reunião, pouco antes do intervalo para o café, a sacolinha verde de N/A é passada entre os membros, para serem depositadas as doações voluntárias em dinheiro. Embora não haja obrigatoriedade, todos são incentivados a colaborar com o que puderem, exceto os novatos, pois lhes é sugerido não colaborar na primeira visitação.

O coordenador pode convidar a quem quiser dar depoimento ou chamar pelo nome inscrito na ordem da lista. Na manifestação do integrante, ele anuncia: *a palavra está aberta*. Somente após esse anúncio é iniciado o relato.

O tempo disponível para cada depoimento é geralmente de dez minutos. Muitas vezes no Grupo III, com a sala cheia, essa duração foi redefinida pelos servidores como sendo de apenas sete minutos. A duração da fala é cronometrada pelo coordenador, que sinaliza discretamente por uma plaquinha, quando restam dois minutos e no momento de seu

encerramento. Há alguma tolerância para que seja dada uma conclusão à fala, mas, de modo geral, os participantes autolimitam o que estão dizendo e retornam aos seus lugares.

Os relatos geralmente começam da seguinte forma: *boa noite, sou Carol, neurótica em recuperação*. Na sequência, os demais respondem juntos: *boa noite, Carol*. Durante os depoimentos, não há diálogos ou comentários diretos entre os membros. Espera-se que todos permaneçam ouvindo em silêncio. As posições de falante ou a de ouvinte, intercambiáveis e complementares, são consideradas pelos participantes como sendo uma relação simétrica importante.

A conduta dos participantes, orientada pelos princípios e tradições do Programa de N/A, é designada pelos servidores como uma atenção à *espiritualidade*⁷⁸. Conforme a fala de uma servidora: *o silêncio quando alguma pessoa está falando, o silêncio é muito sagrado* (Marinete).

No encerramento do seu depoimento, costuma-se dizer: *obrigada a todos por me ouvirem* ou *grata, 24 horas de paz e serenidade!* Em resposta os outros dizem quase simultaneamente: *obrigado Carol, obrigado companheira* ou então *grato pela partilha, paz e serenidade!*

Mas, cada um pode estilizar sua apresentação conforme sua experiência no grupo, como, por exemplo, quando os participantes usam variantes dizendo *neurótico em busca* ou *a caminho da recuperação*. Eventualmente, presenciei em minha participação nos grupos, depoimentos em que os sujeitos não se disseram *neuróticos* ou *em recuperação* como exemplificado pelo relato a seguir:

Boa noite, meu nome é Suzana. **Eu ainda não falo neurótica em recuperação**. Eu ainda não consigo falar. Eu entrei aqui em agosto então logo vai fazer um ano. Eu entrei querendo me matar. Já não quero mais. Mas, ainda não falo. Tipo, **eu sei que sou uma neurótica, tenho todos os sintomas**, tipo neurótica, neurótica, neurótica! **Mas, ainda não falo** (Suzana).

Segundo as normas operantes nos grupos, não são permitidos aconselhamentos e emissões de juízo pessoal, entre membros, durante as reuniões. Os preceitos da associação, ditos pelo coordenador a cada reunião, sugerem aos membros que não façam comentários baseados em julgamentos pessoais, evitando com isso *analisar os companheiros*. Uma iniciante no grupo apontou:

⁷⁸ Anotações de Caderno de Campo: reunião de serviço, maio de 2015.

Queria expressar minha gratidão a esse grupo. Eu venho às vezes aqui, mas, estou aprendendo muito com ele. Vocês são muito respeitosos em não dar conselhos e sim, dar exemplos para a gente! Hoje mesmo **eu estava participando de um grupo do MADA online e me expressei. E logo já veio um monte de conselhos e até conselhos que de certa forma machucaram. Vocês aqui são muito diferentes mesmo!** (Laura).

Um novato que foi ao grupo para conhecê-lo demonstrou em seu depoimento a imediata apreensão sobre as normas de seu funcionamento:

Participo de vários grupos que são bem diferentes daqui. Observei que em N/A não se faz debate de ideias, não se dá conselhos. Emprestamos nossos ouvidos àqueles que precisarem falar sobre suas angústias. Os aconselhamentos estão na literatura de N/A (Lúcio).

Entretanto, é claro que esse é um dos aspetos do aprendizado proporcionado pela participação nas reuniões. O depoimento de um participante é bastante revelador sobre a reflexividade e aprendizado envolvidos nesse processo:

O que eu acho legal desse **exercício de vivência das pessoas** é que todos passam por situações, né. Então o que eu identifico? Aqui **é um baita dum exercício.** Eu acho que maior do que este que estou aqui é este no qual vocês estão aí e no qual eu vou estar novamente. É a resignação de ficar ouvindo as pessoas. Para mim ocorre de tudo. Situações emocionais **quando aí eu estou ouvindo: impaciência, ansiedade, eu psicanaliso sim!** Lógico! Todo mundo fala que não, mas, imagina me fale quem não faça isso? Sabe, não vou falar que eu sou de outro jeito, eu sempre fui realmente sincero. Mas, não é problema meu. **Aí eu me conscientizo que eu estou aqui ouvindo e me entregando, este é o ato de se doar** né. Esse é o ato de doar os meus ouvidos e a minha atenção. Do jeito que vocês estão fazendo agora pra mim e isso é muito legal (Guilherme).

Como no depoimento acima, no seu relato, uma servidora também menciona a reflexão, a autoavaliação, o autocontrole e a consideração aos outros membros como parte integrante do aprendizado dos valores envolvidos na Programação de N/A:

Eu mesma que estou na Programação, continuo sendo uma pessoa arrogante. **Continuo me achando melhor que os outros.** E ultimamente isso está vindo à tona porque eu acho que consigo fazer melhor que os outros (...) **ultimamente eu tenho sabido me controlar melhor,** me permitido não entrar na auto piedade. Porque eu já achei que ninguém aqui tinha um problema maior do que o meu. **Quando eu cheguei nessa sala eu achava que só eu tinha que falar porque só eu tinha problema.** Eu tinha que sentar aqui e só eu tinha que colocar e tinha que falar. Ai **com a programação aconteceu ao contrário:** eu estou fazendo o quarto passo **e eu tive que pensar** (Marinete).

O momento do relato constitui também uma possibilidade de autoanálise, mediante a qual, pelo depoimento de outros, é possível reconhecer os próprios problemas e/ou os próprios defeitos, ou ainda por projeção daquilo que incomoda em outros e com que se aprende a conviver e tolerar. A seguinte reflexão é de uma integrante que tem quase um ano de participação em *N/A*:

Sabe, tem coisas aqui que, tipo, eu vejo tem gente que não para quieta! Eu sei quem exatamente não para quieto! E vai pra lá, e vem pra cá! Então não para quieto e então você tem que aceitar! Tipo é muito louco aqui porque tem coisas que lá fora você não aceita e que aqui você fala é... **Você vai ter que conviver com cada coisa que você ouve tipo: ah, que besteira! Tipo, não é! Pra ele, a neurose do cara é aquilo ali. Pra mim é essa, pra outro é besteira, pra mim não é.** É louco isso! (Suzana).

Esse outro depoimento é de uma participante já com cerca de dois anos na Programação de *N/A* e demonstra a consciência sobre o aprendizado dos princípios do grupo:

Hoje eu pedi a palavra, mas, teve ocasião que entrei aqui só pra ouvir. Até porque tinha mais pessoas, novatos e etc.. Então eu, necessariamente, **à medida que cresço, preciso me adequar ao tempo e ao espaço dos companheiros. E é automático.** Porém na vida, na prática, tem sido difícil lidar, porque são inúmeras pessoas doentes não diagnosticadas. Até mais que a gente! E eu fico sem saber que atitude tomar porque quero ajudar, mas, tenho muitas responsabilidades na vida cotidiana. Só queria que o Poder Superior me instruisse como tem me instruído no Programa. Quando chegamos aqui só queremos acolhimento e sermos ouvidos. E eu quero poder ter braços e ouvidos para ajudar as outras pessoas (Denise).

A comunicação pelos relatos e a dinâmica de funcionamento do grupo possibilitam ao participante converter-se em um objeto para si mesmo. Cada um pode ver a si mesmo desde a perspectiva de outros membros, isto é, colocando-se no lugar deles. Isso permite realizar uma espécie de separação de si mesmo pela imaginação de estar na pele de outro, antecipar suas reações ao que vai ser dito perante ele (Cf. MEAD, 1968). Isto é, o participante atua no seu próprio aprendizado, apreendendo as normas e princípios operantes no funcionamento dos grupos pela mediação reflexiva como sendo válidas para si mesmo. A partir disso, cada integrante vai interpretar e justificar em seus depoimentos suas opiniões sobre sua experiência de participação.

Há um intercâmbio intenso de vocabulários, interpretações e noções entre membros, sendo comum que a menção a algo que *um companheiro falou* anteriormente no depoimento dele seja puxada como uma linha por outro participante ao manifestar suas opiniões, expressar suas emoções e para *contar-se* a partir do que o outro disse como nas falas a seguir:

Como um companheiro falou hoje, eu estou assim ainda apegada à neurose, né. Eu não tenho a coragem de soltar. Soltar significaria realmente **abrir mão do orgulho**, de toda aquela coisa (Silvana).

Eu acho assim, interessante **o que companheiro falou hoje**: que você é livre no momento em que não busca fora de si mesmo alguém para resolver os seus problemas (Sérgio).

Segundo as regras de funcionamento dos grupos, sugere-se que seja evitado o debate direto entre os participantes. Mas isso não significa a ausência de comparações, oposições e julgamentos. Esse depoimento de uma servidora retoma a fala de um participante que se referiu à *cadeira mágica* destinada aos relatos:

Com relação ao texto que foi lido, eu o acho muito importante, mas, muito perigoso para pessoas arrogantes como eu. Porque assim, eu sou arrogante e o meu sentimento é de superioridade. Eu acho que sou inteligente e desculpem eu falar assim, mas acho que eu tenho que falar a verdade (...) porque eu entendo a Programação e vejo aquele que não entende (...) eu fico pensando ‘hoje essa pessoa vai entender o que está escrito aqui’ (...) o brasileiro não tem o hábito de leitura (...). **Essa cadeira não é mágica. Tudo depende de um trabalho que vai demorar anos** (Marinete).

Como no depoimento de uma servidora acima, às vezes, quem fala faz referência, direta ou indireta, a outro anteriormente realizado. Essa prática é reconhecida pelos membros de *N/A* como *dar retorno*. Como um dos aspectos mais importantes do funcionamento dos grupos é assegurar para cada um a liberdade de fala na duração que cabe a cada *partilha*, o retorno é algo que fica no limite de uma contradição daquilo sugerido pela Programação, de que não haja comentários diretos entre membros. A fala reproduzida abaixo mostra o exemplo de um retorno incomum por mencionar o nome, no caso de uma servidora do grupo:

Eu sou talvez a revoltada do *N/A* do tipo assim: ah, então a gente continua doente, vem reclamar e continua doente? Eu sempre fui muito lenta pras coisas. Lenta pra recuperar, mole. E ainda acho que eu estou no primeiro passo. De aceitar que eu não tenho controle sobre as minhas emoções. Eu estou ali ainda. Talvez eu demore ainda doze anos pra fazer os doze passos (...). A **Marinete** [servidora] disse tipo, nervosa, que: ‘você tem que entender’! E tipo, eu não entendo! Eu ainda não entendo e **a beleza do N/A é isso. Você ainda tem que aceitar os outros**. Porque tem coisas aqui que lá fora eu não aceitaria. (...) E **acho que o N/A é mágico sim** porque em outros tempos eu estaria falando: gente eu vou me matar. Mas, não vou! (Susana).

Desse modo, embora os relatos e interações dos membros sejam regulados, evitando confrontos abertos, verifica-se que há espaço para a expressão de opiniões divergentes. Em certa ocasião em que o estudo da literatura e as interpretações dos presentes giravam em torno

da ideia de *força de vontade*, uma participante afirmou em seu relato, contrastando com os demais:

Se eu fosse viver da força de vontade estaria f...! Então eu vivo o hoje, faço planos, metas e sigo o que consigo sem me forçar a ser o que não sou, porque era isso o que eu fazia. Para dar um exemplo: resolvi que vou fazer um curso de direito. Eu sempre odiei na faculdade os temas de direito administrativo. Mas então eu preciso de força de vontade para gostar e seguir isso? Para mim não funciona assim. **Trabalho melhor com boa vontade** em fazer as coisas que são cabíveis a mim e não o que eu acho que seja o ideal. Porque se eu me forçar eu não consigo e depois eu fico me sentindo um lixo. Por isso **prefiro ver de outra forma**. E lutar de fato pelo que acredito que deva ser lutado dentro das minhas medidas (Mariane).

O efeito das discordâncias de opinião expostas no grupo é diferente do que seria uma discussão de ideias divergentes entre participantes individuais. Na dinâmica de funcionamento dos grupos de *N/A*, os conflitos de interpretação expostos nos relatos não operam de modo negativo nas interações, não ameaçam ou destroem a sua *unidade*: “*o consenso e a concordância dos indivíduos que interagem, em contraposição a suas discordâncias, separações e harmonias*” (SIMMEL, 1983, p. 125). Assim, o conflito mostra sua força positiva e construtiva, podendo dar origem a um novo quadro social (Cf. SIMMEL, 1983). No contexto considerado, isso quer dizer que as partes envolvidas negociam suas identificações podendo gerar novos enquadramentos interpretativos. Os sentidos assim criados nesse espaço podem também ser transferidos para fora, na forma de novas convicções e valores que os participantes carregam consigo.

Pode-se afirmar que o contato com a diversidade de manifestações e mesmo o desalinho de convicções dos membros é elemento constituinte da energia que mantém a unidade dos grupos, estabelecendo ainda um espaço discursivo no qual os limites do público e do privado são redefinidos. A vida íntima é algo para ser compartilhado não entre aqueles pertencentes ao círculo de relações íntimas e pessoais dos participantes e, sim, com outros que estão “de fora”. Pelo relato, o integrante pode argumentar a *sua* visão de mundo. Um exemplo é o depoimento de uma servidora que se posiciona de modo que considere ser pouco convencional ao “papel de mãe” como aquela que deve proteger os filhos:

Às vezes a gente se coloca justamente ao contrário: que a minha serenidade depende da disposição e da atitude que a minha família vai ter. Porque sempre existe a cobrança. (...) Mas, eu ultimamente quero olhar um pouquinho pra mim. Porque como dizem **quando você chega ao avião, está lá escrito: que primeiro quando cair aquela máscara, primeiro você põe em você e, depois, você vai acudindo o outro. Porque senão é capaz de você não conseguir se salvar nem conseguir salvar quem está do**

seu lado. E eu, como mãe, eu nunca me coloquei assim. Eu sempre achei que socorrer os meus filhos... Da minha maneira errada né. Eu nunca olhei pra mim na minha vida (...) o meu filho está usando droga (...). É claro, eu não estou feliz com isso. Mas eu não posso também entrar no vácuo dele e me deixar levar. Eu preciso focar na minha recuperação que é tão importante que ela chega a ser um exemplo pra ele. Porque se eu me permitir entrar na doença dele, **se eu for na doença dele eu não estou ajudando ele** (Marinete).

As fronteiras da intimidade são, em *N/A*, alargadas numa dimensão política. Isso porque os problemas de ordem íntima, não estando mais restritos ao âmbito doméstico e familiar, encontram espaço para serem expostos e problematizados numa ação realizada coletivamente. Desse ponto de vista, a participação nos grupos anônimos envolve o processo pelo qual a narrativa pessoal é transformada numa “civil”. Conforme sugere Monteiro (2002, p. 83), “é o caso do operário que trabalha suas identidades, enquanto operário, negro, alcóolatra, gay, drogado, jogador ou o caso da mulher que trabalha as suas identidades, enquanto negra, lésbica, compulsiva sexual, alcóolatra e militante política”.

O pacto de solidariedade mantido entre os membros dos grupos permite que seja reconhecido o direito legítimo de expressão de uma multiplicidade de identidades, seja pelo aspecto de sua reivindicação, por sua recusa e/ou contestação ou por proposições originais que incluem reformulações de seus sentidos.

Um dos princípios de *Neuróticos Anônimos* é justamente a abstenção quanto a controvérsias públicas⁷⁹. O coordenador informa durante as reuniões que:

“N/A não faz qualquer exigência a seus membros para que deixem de tomar tranquilizantes, antidepressivos, soníferos e outros. Para que a pessoa possa eventualmente deixar o uso de medicamentos é necessário que obtenha a esperança de solução para seus problemas mentais e emocionais que o Programa de Recuperação de N/A proporciona. É importante que procurem seu médico e que obtenham tratamento qualificado” (Neuróticos Anônimos⁸⁰).

Entretanto, é comum que os membros dos grupos problematizem em seus depoimentos pessoais o tratamento médico e o uso de medicamentos. É possível a manifestação militante pessoal por uma vida livre de medicamentos pela prática da Programação de *N/A*, o que ocorre, regularmente, por parte de servidores como nos depoimentos reproduzidos abaixo:

⁷⁹ Décima Tradição. Cf. Anexo D: As Doze Tradições de *Neuróticos Anônimos*.

⁸⁰ Anotações de Caderno de Campo, leitura do *livro azul*, junho de 2014.

Sou grato por esse Programa e tudo que tem me proporcionado em qualidade de vida. **Eu tinha uma grave depressão, crises de pânico e fobia social.** Depois de muitos tratamentos psiquiátricos (...) continuava infeliz. **Tratava os sintomas e não a causa** (...). Estava inconformado por ter que fazer uso de medicamentos para conseguir ir levando, empurrando a vida e não a vivendo plenamente. Em algum tempo que fiquei em N/A tive uma melhora surpreendente e me livre dos medicamentos. Fiquei afastado da Programação (...) tive séria recaída e fiquei pior. Ao me dar alta, meu último psiquiatra recomendou que não deixasse o N/A porque se tivesse mais um episódio depressivo teria que fazer uso de antidepressivos para sempre. **Hoje estou livre de todo sofrimento e dos medicamentos. O Programa funciona!** (Roberto).

Eu tive consulta num médico psiquiatra recentemente e eu nem fui! Eu falei: eu não acredito nisso! Fazer o quê? Tem que sair do muro! Ou vai pra lá ou vem pra cá! Chega uma hora que você tem que enfrentar e acreditar! (...). É uma coisa aqui dentro. Tem que aprender (...). Pega um leão e bota um leão numa jaula. E ele vai ficar pra lá e pra cá (...) vai começar a ficar deprimido né. Aí vai lá e enfia antidepressivo nele né. Enfia remédio, sonífero, antidepressivo! Aí pinta a jaula toda de verde, com selva, né. E daí ele vai ficar assim: passeia pra lá e pra cá achando que está na selva. É isso o que a gente faz com a gente, que eu fiz comigo! A verdade é essa! A vida está aí pra viver! (Reinaldo).

Os posicionamentos movidos por retóricas mais apaixonadas são assumidos de acordo com o discernimento de cada um já que existem manifestações de opiniões divergentes e a tolerância e respeito a elas. O depoimento de uma servidora sobre sua vivência ilustra essa questão:

Tomo Rivotril faz três anos e decidi parar por conta própria. Consegui ficar cinco dias sem, mas, hoje estou muito mal com espasmos, dores e me sentindo para baixo. Eu recebi uma má notícia na sexta e acho que isso ajudou. Na hora em que acontece algo ruim eu não reajo. Passa três dias e eu me vejo em pânico, com medo de tudo (...). Moro sozinha e não é fácil. Mas não quero mais importunar meus familiares e meus amigos com isso. Ninguém entende. Tem gente que diz que é frescura! (...) Quando vejo alguém feliz na TV e penso que queria ser como essa pessoa. Daí não dá duas semanas e a pessoa aparece nos jornais com depressão, uso de drogas ou se mata... Mas, isso é porque pensamos que é só com a gente (...) Bom ter vocês aqui. Estou pedindo calma e sabedoria ao Poder Superior e vou ao médico. Infelizmente não estou pronta ainda pra deixar esse remédio, mas um dia estarei (Carol).

Em geral, os depoimentos tentam assumir o formato de narrativa encadeando os eventos numa sequência de sentido com uma forte marcação temporal, indicativa de uma alteração na interpretação das coisas e/ou transformação na trajetória subjetiva construída por cada participante, estabelecendo um novo marco de referência pessoal e das novas convicções sobre si mesmos.

Em N/A geralmente ela diz respeito à reflexão de cada um quanto ao progresso alcançado pela participação no Programa. Isso é marcado por afirmações características, como *antes eu não tinha motivação, eu não aceitava, eu achava que não conseguiria, eu me sentia perdido (a), eu não me valorizava, eu não conseguia perceber, eu não compreendia, eu via tudo negativamente, eu me relacionava mal com os outros, eu tentava me encaixar nos padrões dos outros, etc.*

Nos relatos, o *antes* e o *passado* são expressos em contraste com o *hoje* e o *agora* nos quais é apontado: *valorizo-me mais, entendo melhor as coisas, estou mais perceptivo (a), me sinto melhor, consigo me expressar melhor, me relaciono melhor com outros, aceito meus limites, aceito melhor o que aconteceu, não me importo mais com a opinião dos outros, sou mais equilibrado(a), sou mais sereno(a).*

Um aspecto sobressalente que os depoimentos põem em causa é o *valor da estima de si mesmo*. Isso pode ser verificado nas falas das participantes:

Hoje eu posso falar que a minha maior meta na vida é me amar, me valorizar e viver a vida que eu quero e não a que as pessoas desejam para mim. Me sinto outra pessoa (...) **Hoje acho que minha autoestima está na construção. Pois me dou mais valor e tento olhar mais para mim, porém nem sempre foi assim. Foi estando em um grupo assim que percebi o quanto eu valorizava o outro e nada a mim.** Logo ainda não tenho a autoestima que desejo e percebo que o motivo é, principalmente, por medo do que as pessoas vão pensar de mim. Tento trabalhar isso, pois, no final das contas elas nunca poderão fazer nada por mim. A vida é minha! (Kátia).

Parece que no mesmo dia eu sinto tudo, eu falo que eu sou polineurótica, tudo! Eu sou boa, eu sou ruim, no mesmo dia eu sinto todas as emoções. Então eu preciso trabalhar nisso, **eu preciso aceitar como eu sou e isso daí eu descobri hoje** (...) e todo dia eu tenho que agradecer (...). Eu me amo, eu me adoro, eu sou forte, eu sou corajosa. Eu tenho que o tempo todo falar e já comecei a praticar. (...) sou bonita, tenho coragem, sou saudável e, falar! Porque **a força do pensamento, da palavra, você falando** (Paola).

Quando estive com depressão eu me entreguei totalmente. Não comprava roupa, não cuidava de mim. Comecei a ver agora minhas coisas e fiquei horrorizada! Mais ou menos assim: como você pode? (...) comecei a voltar no tempo e a ver a minha vida. Como eu me deixei! Tudo! Saúde, estética, enfim, tudo! Agora estou começando a retornar a me cuidar: cabelo, unha, roupa. Eu devo isso ao **N/A que vem me ensinando a ter amor próprio e a me valorizar**. Se eu não fizer, quem o fará? (...) Hoje eu posso falar que a minha maior meta na vida é me amar, me valorizar e viver a vida que eu quero e não a que as pessoas desejam para mim. Me sinto outra pessoa. Os problemas estão aqui, mas eu estou conseguindo viver equilibradamente junto a eles (Karina).

Se o relator for um servidor, é comum que a história contada se relacione a exemplos de aplicação do Programa promovendo-o pela demonstração do engajamento com a

associação. O formato típico do relato é *antes de conhecer o N/A* e *depois de N/A*, versando experiências de mudanças, na forma de percepção das situações vividas e nas atitudes manifestas. Em geral, eles enfatizam a *tomada de decisão* ancorada na *responsabilidade pessoal* assumida nas relações sociais. No conteúdo do depoimento abaixo reproduzido está implícita essa ideia:

Omisso eu era antes de conhecer o N/A. Eu não me importava com ninguém, não ajudava ninguém, chegando ao ponto de não participar das decisões familiares. E ninguém se incomodava porque eu não fazia diferença. Não tomava partido, nem sugeria. Omisso à mais alta potência. Entregar o amanhã a Deus, como cada um de nós O concebe, procurar viver feliz o hoje, como o Programa sugere, é a solução para viver sereno. Eu tenho adotado esse comportamento e devo isso a vocês companheiros de jornada (Geraldo).

No encerramento das reuniões, os indivíduos são convidados pelo coordenador a formar um círculo com as mãos dadas para recitar em conjunto a Oração da Serenidade. Ao seu término, costuma-se dizer: *só por hoje!* Então, cada um se volta para quem está ao lado lhe dando um abraço camarada, a partir do que quase todos vão embora. Alguns tão apressadamente que ao buscá-los pelo olhar, não havia percebido o instante em que se foram. Somente os servidores, membros mais antigos de *N/A*, permanecem mais tempo na sala para arrumar e guardar as coisas.

As ocasiões em que alguns integrantes se reuniram para conversar antes e depois das reuniões dos grupos foram para convidar e divulgar informações sobre outras atividades e eventos promovidos pela associação. Além disso, são os servidores que se dispõem a ficar um período maior na sala para tirar dúvidas dos novatos, vender-lhes a literatura e distribuir panfletos gratuitos de *N/A*.

Embora haja alianças e amizades entre alguns membros, sobretudo aqueles mais antigos, ao que parece, evitam muitas demonstrações de proximidade para outros propósitos que não a participação no Programa no âmbito dos locais de reunião. Uma servidora com quem conversei sobre esse assunto me disse que isso se devia a tornar o ambiente das salas mais acolhedor para os novatos e iniciantes que muitas vezes interpretam *rodinhas de conversa* mais amistosas como sendo formação de *panelinhas*. Conforme o relato de outra servidora:

As ferramentas que encontramos nas salas são as experiências de companheiros. Os princípios da Irmandade são tudo o precisamos para esse trabalho voluntário. De certa forma, **não estamos aptos para aconselhar ninguém, pois, cada um tem seu entendimento e suas experiências, embora a doença seja a mesma.** Mas temos vários

princípios e um deles, pelo que entendo, é evitar entrar em controvérsias com companheiros. Isso gera um respeito muito grande. **Mesmo que eu não concorde, eu respeito as opiniões.** E se sairmos dos princípios de N/A quebramos as normas e entramos em conflitos. Por isso, **eu entendo N/A como uma escola para aprender a lidar com as diferenças e conviver em harmonia com os demais companheiros** (Tereza).

Uma participante me disse numa conversa que se houvesse menor ênfase no anonimato, haveria *maior envolvimento entre os membros*. Apesar disso, para a grande maioria dos participantes tanto o anonimato como o princípio de não discussão entre membros nos grupos de N/A são bastante estimados. O relato de outra integrante é bastante esclarecedor sobre isso:

Muitos dias frequentava a reunião e mesmo sabendo que o Programa não aceita que você analise ou diga o que o outro deve fazer, eu queria ter de vocês um comentário que realmente fosse interessado por mim, que não fosse apenas a ‘paz e serenidade’, sabe? E, às vezes, partilhava, mas, como não acontecia o que EU queria, eu ficava chateada com o orgulho ferido! **Desculpem, mas eu sou neurótica! Em algumas situações ainda preciso me adaptar! Agora estou entendendo melhor que nem sempre a gente sabe dizer algo ou pode.** Então é melhor desejar o melhor pra outra pessoa: ‘paz e serenidade!’ (Márcia).

A Recepção do novato

Quando o coordenador constata a primeira visita de alguém ao grupo, comunica com solene cordialidade: *sua presença aqui hoje é a mais importante*. Nas ocasiões em que houve presença de mais de um novato nas reuniões observei expressões discretas de animação por parte dos servidores.

Em N/A, os servidores frequentemente afirmam aos outros membros que *toda reunião é para o novato(a)*.⁸¹ Ele recebe um tratamento exclusivo ao longo do encontro. O coordenador mantém contatos frequentes com ele, indicando que será convidado a apresentar-se e dizer como ficou sabendo do grupo, por que o procurou e, também, que poderá dar o depoimento na segunda parte da reunião, caso deseje. Na sequência, ele é iniciado no grupo, *ouvindo primeiro* alguns depoimentos de participantes, incluindo o de servidores, para somente após essa experiência ser chamado a se manifestar, se desejar. A maioria se manifesta muito brevemente nessa primeira visita, dizendo apenas algumas palavras.

⁸¹ As referências aos nomes e pronomes femininos foram omitidas na sequência deste texto para não prejudicar a fluência de sua leitura.

O tratamento ao novato revela dois aspectos dessa prerrogativa por parte da associação. O mais fundamental, é conquistá-lo logo na primeira visita, despertando o seu interesse em voltar nas reuniões seguintes. Mas, além disso, é constatável que o novato chega até ali, na maioria das vezes, num estado subjetivo miserável de sofrimento e de baixíssima autoestima. A recepção assim realizada, de modo gentil, cordial e acolhedor, tem o efeito de reconhecê-lo como um ser humano digno de consideração. Quanto maior for o contraste entre essa situação e a circunstância vivida, o novato será certamente um forte candidato a uma participação bastante comprometida com o grupo. Pois, uma experiência desse tipo é, para o participante, um divisor de águas de toda a existência, fundando nessa ocasião um marco transformador na sua vida.

Depois da apresentação realizada pelo novato ao grupo, o coordenador sugere: *continue voltando porque o Programa funciona, o segredo está sempre na próxima reunião.* E a reunião continua com mais relatos de membros.

No término do encontro, o novato recebe do coordenador, ou de outro membro, uma fichinha verde de plástico como *símbolo* de sua participação na Irmandade. No contexto da sala de reuniões, esse gesto é realizado de maneira distinta e parece carregar aquele pequeno objeto de um sentido bastante especial. Nesse momento todos aplaudem, muitos sorriem e às vezes podem ser notadas expressões moderadas de comoção. A memória desse evento é retomada nos depoimentos pelos participantes:

Entrei em N/A totalmente sem acreditar em mais nada e minha manifestação de fé foi aos companheiros que se dispuseram a manter a sala de N/A aberta para abrigar quem chegava sofrendo (...). Minha recuperação se iniciou numa sala de N/A, depois da fichinha verde (Rosana).

Dependendo do participante, o relato pode vir a constituir algo fragmentado com diferentes graus de inteligibilidade e até mesmo compondo algo incompreensível. Ele pode buscar a compreensão de determinados aspectos psicológicos seus compondo na fala uma espécie de ruminação interna dos próprios sentimentos, pensamentos, sensações e impressões vagas e abstratas.

Ou, às vezes, aquele que relata não encontra palavras para expressar-se e o depoimento estagna num silêncio que pode ou não ser acompanhado de lágrimas. Ao silêncio às vezes segue a fala *não consigo entender o que está acontecendo comigo, não sei como dizer, é difícil explicar.* Ao choro, às vezes se segue a conclusão *não consigo falar.* De modo geral, espera-se pacientemente que o integrante se reestabeleça. Houve poucas situações

excepcionais sem que isso tivesse acontecido, em que o coordenador ou algum participante mais próximo realizou gesto sutil de amparo com um encostar leve de mãos nos ombros e oferecimento da caixa de lenços e, outra em que um dos presentes proferiu em tom baixo as palavras *nós entendemos*.

Falar sobre situações delicadas e/ou embaraçosas, que envolvem dor e sofrimento, expor os próprios sentimentos e emoções a partir de uma autoanálise não é algo simples. Buscar reatar aqueles fios da vida que parecem desatados, compor um sentido à situação vivenciada o qual parece ter sido estilhaçado em pedaços, em situações de ruptura, como a morte de entes queridos, a saída de um emprego, entre outros tipos de perdas (sejam materiais ou simbólicas), é muito difícil. Assim, muitas das histórias de vida contadas pelos participantes de *N/A* exibem um conteúdo repleto de detalhes minuciosos do cotidiano, cujas propriedades fragmentadas, entretanto, muitas vezes dificultam a exata compreensão de seus enredos.

Na medida em que a participação no grupo é continuada, os participantes vão aprendendo a contar-se a si mesmos aos outros, a partir de elementos compartilhados nas atividades dos encontros. As feridas mais dolorosas vão cicatrizando e o vocabulário típico, aprendido e compartilhado nesse contexto, começa a ser mobilizado para dar sentido às vivências. Não sem motivo, a palavra mais proferida nas reuniões de *N/A* é a *gratidão*. Os sentimentos que não encontram expressão nas palavras, ou aqueles considerados “negativos” pelos quais os participantes se lamentam e dos quais se envergonham cedem ao valor encontrado na gratidão.

A gratidão manifesta aos pares, ao grupo e à associação, vem ocupar o lugar de experiências dolorosas que levaram o integrante a procurar o auxílio do *N/A*. O relato de uma participante é bastante exemplar com relação a isso. Considerando sua fala, é possível indicar que a experiência no grupo de *N/A* é traduzida numa postura diferente assumida em relação à vida cotidiana:

Só por hoje meu sentimento é de gratidão. Isso tenho que falar aqui né, e essa sala que me ajuda. São pequenas coisas, mas, assim, como eu sou uma pessoa muito pessimista que reclama de tudo **eu tenho que fazer o movimento contrário e começar a agradecer e ver se eu começo a mudar lentamente esse discurso dentro da minha cabeça. Eu aprendi na Irmandade que é uma reprogramação. Uma reprogramação mental. Eu tenho que reprogramar meu cérebro.** Então meu sentimento é de gratidão (Simone).

Muitos relatos manifestam aspectos psicológicos e emocionais. E, além disso, nem tudo é contado ao grupo. O depoimento de uma participante enfatiza os estados de ânimo, mas ela revela que não pretende compartilhar com o grupo aquilo de concreto que a incomoda:

Sempre falo só por hoje, um dia eu estou lá embaixo, outro dia eu estou lá em cima. Mas uma das coisas que eu identifiquei é que eu sou muito movida à adrenalina. Tem dia que eu estou totalmente eufórica tem dia que eu estou totalmente pra baixo. Antes eu ficava muito eufórica e não conseguia identificar e dali a pouco eu caía. Hoje eu tomo muito cuidado com essa minha euforia e percebo onde eu caio nisso. Eu vim pra cá pensando... (...) Mas, **nem tudo eu posso estar falando aqui né** (Lívia).

Ao contrário, outro membro indica que evita falar num determinado assunto justamente para fugir às emoções que ele suscita:

Aconteceu uma coisa assim que eu lembrei e **não estou preparada pra comentar aqui em relação à minha história** e tal **que me balançou muito**, mas assim, que **eu não entrei em contato com a emoção**. Eu acho que de certa forma **quis fugir disso**. E aí eu comecei a querer viajar (...) e me senti isolada (...) é como se eu não tivesse estrutura. E dessa vez eu voltei assim muito codependente (Sílvia).

São os novatos ou os iniciantes que exibem maior dificuldade de expressão. Em seu primeiro depoimento, após tentativas frustradas, uma participante conseguiu realizar a síntese de algumas informações a seu respeito:

Peço desculpas por parecer muito afobada (...). Mas, é que tem muita coisa junto na minha cabeça e eu simplesmente não sei organizá-las! Vou tentar organizar por partes. Eu sempre fui estranha, complicada, diferente das outras crianças. Depois de um fato que aconteceu na minha vida, comecei a fazer tratamento psiquiátrico para tratar uma depressão endógena. Desde então, há mais ou menos quatro anos faço tratamento medicamentoso corretamente, mas, é frustrante ter que trocar tanto de medicação na busca de um equilíbrio. Eu me culpo muito. Culpo-me por tudo na minha vida. Eu sinceramente acho que nunca vou sair dessa lama, mas, não vou desistir sem pelo menos ter tentado (Viviane).

Um dos aspectos relevantes dos depoimentos é a mobilização pelos participantes de uma linguagem própria, aprendida com o convívio no grupo, para dar sentido às suas experiências. Assim, o novato ou iniciante⁸² não demonstra habilidade no uso vocabulário do grupo, devendo passar por um processo de aprendizado cuja duração é variável, dependendo principalmente do comprometimento de cada integrante com a Programa.

⁸² Ser *iniciante* no grupo não tem relação direta precisa com o tempo de participação. Alguns membros já não apresentam as características do iniciante com apenas dois meses de frequência. Eu, por exemplo, depois de quase um ano participando das reuniões de N/A fui considerada por membros do Grupo III como sendo uma iniciante: durante conversas sinalizavam que eu era *nova* em referência ao aspecto do aprendizado.

Ao longo dos encontros, e conforme vai progredindo na Programação, o(a) participante de *N/A* tende a substituir termos como *depressão endógena*, *transtorno de ansiedade*, *síndrome do pânico*, *transtorno compulsivo*, etc., por *egoísmo*, *egocentrismo*, *orgulho*, *incapacidade de amar*, *preocupação excessiva consigo mesmo*, etc. Referências a tratamentos médicos e terapias cedem espaço a *prestar serviço*, *ajuda a outros*, *gratidão*, *humildade*, *aceitação*, *amor*, etc. Ou seja, os termos relacionados a classificações médicas são substituídos por palavras de conteúdo moral nas falas dos participantes.

Como isso ocorre pode ser ilustrado pelo depoimento a seguir:

Eu tenho que me lembrar dessas coisas que estão melhorando. Mas por outro lado, eu vejo que, assim, a neurose ainda está ali porque eu, **como um companheiro falou hoje, eu estou assim ainda apegada à neurose**, né. Eu não tenho a coragem de soltar. Soltar significaria realmente abrir mão do orgulho, de toda aquela coisa. Então eu preciso ainda, tomar essa decisão... Mas eu acho que eu já fiz bastante tudo, mas ainda não foi o suficiente em termos de... Eu tenho que ser honesta comigo mesma de realmente assim, seguir a programação mesmo. Principalmente em relação ao **orgulho, ao egoísmo, egocentrismo**, né (Silvana).

É possível dizer que há diálogos indiretos resultantes da exposição dos sentimentos e das experiências pessoais de cada um no tocante ao Programa de *N/A*. Embora cada um fale sem ser interrompido, verifica-se que a permuta de experiências possibilita a identificação de conflitos vivenciados de modo semelhante. Entretanto, isso é um aspecto menos óbvio do que parece já que a maioria das vivências e sentimentos a elas relacionados é demasiado heterogênea.

É comum que em *N/A* os novos e iniciantes retomem em seus depoimentos o enquadramento proposto pela associação, de que a causa da neurose é a *preocupação excessiva com a própria pessoa*. Isso ocorre inclusive por parte de iniciantes conforme se verifica no relato abaixo:

É só aquilo **de tudo girar em torno de mim, a minha preocupação excessiva comigo mesma**, o tempo inteiro. Tudo acaba se voltando pra mim e a vitimização e tudo aquilo né. Às vezes, eu fico muito cansada. Porque isso tudo me cansa muito (Silvana).

No contexto das reuniões de *N/A*, a maioria dos relatos ganha a forma de um conjunto de ensaios que, para aqueles que o estão ouvindo, só ao longo da participação vão formando uma imagem mais coesa do sujeito. O que importa é que aquilo que o integrante diz no seu depoimento faça sentido, sobretudo, para si mesmo, possibilitando-lhe construir novas convicções sobre si e sua história.

Anonimato

O anonimato é com certeza a característica mais fundamental de *Neuróticos Anônimos*, tanto que faz parte de seu nome e dos outros grupos da mesma linhagem. Conforme *N/A*:

Pelo princípio do anonimato, estas pessoas terão a garantia prática de que manteremos seus nomes e suas histórias de vida expressas em depoimentos, em absoluto segredo. Por este princípio teremos a clara e plena convicção de que só a elas cabe a faculdade de revelarem a sua filiação ao *N/A* e suas histórias de vida (*Neuróticos Anônimos*⁸³).

A explicação da associação sobre a finalidade dessa norma adverte que a palavra *neurótica(o)* ainda é alvo de preconceitos pela sociedade. O depoimento de uma participante é bastante esclarecedor a esse respeito, mostrando o ponto de vista daquele que busca a ajuda de *N/A*:

Então, desde que eu vim aqui, eu estou percebendo quais são os meus comportamentos neuróticos que eu desperto no outro e que depois eu não posso com eles. Então eu tenho que vir aqui, aqui, **eu tenho que falar isso porque se eu falar em outro lugar, vão falar: “nossa como ela é louca, maluca, uma neurótica mesmo”! (...) Ou me chamavam de louca ou me chamavam de neurótica! E era pior do que xingar minha mãe! Ainda tem essa coisa muito pejorativa.** Eu batia nisso e ficava ensandecida. **Mas é isso o que eu sou e é isso que eu tenho que tratar.** Eu tenho que entregar mais pro Poder Superior e parar de querer manipular as pessoas achando que é em meu favor. Não, eu só colho coisas ruins (Simone).

Segundo *N/A*, a segurança garantida pelo princípio do anonimato possibilita que os indivíduos relatem suas experiências num ambiente de confiança e abertura. Essa definição é bastante afinada com a experiência de participação, conforme pode ser verificado no depoimento reproduzido abaixo:

Já estou conseguindo falar que sou neurótica em recuperação! **Eu também não falo que venho no grupo de neuróticos. Eu falo que vou numa sala de apoio, de amigos assim,** uma coisa legal. Porque nos meus relacionamentos, assim, pra algumas pessoas eu falo, mas pra algumas pessoas se eu falar a palavra “neurótico”, não vão entender nada, né. Então, dependendo da pessoa, eu não falo não. Não que eu tenha vergonha, não! Mas aí você vai ter que explicar e **tem pessoas que não vão entender nem com você explicando.** Hoje (...) eu falo, eu adoro vir aqui! Tem coisa que eu realmente não consigo falar na minha família, que não consigo falar com meus filhos, nem irmãos,

⁸³ Décima Segunda Tradição. Cf. Anexo D: As Doze Tradições de *Neuróticos Anônimos*.

ninguém da família próximo. Amigos poucos. **Vocês com certeza eu consigo falar, me sinto super à vontade!** (Josiane).

É possível a qualquer um em *N/A* compartilhar apenas os aspectos de sua vida que desejarem com outros participantes. Exemplificando, um membro, em todos os seus depoimentos falava de seus problemas com as namoradas. De fato, eram muitos porque mantinha várias ao mesmo tempo, causando-lhe sentimentos profundos de insegurança. Por seus relatos, era possível saber bem pouco sobre outros relacionamentos, como os profissionais e nada sobre seus familiares. De fato, esse aspecto é comumente verificado nos depoimentos dos integrantes de *N/A*.

O relato reproduzido abaixo é de uma servidora. Nele, é possível perceber que ele tem a intenção de fixar o princípio perante o grupo, exemplificando-o:

Tantas coisas boas vêm acontecendo no meu trabalho! Venho lutando há um ano e meio para que algo aconteça e finalmente hoje se concretizou. **Meus companheiros me receberam sem saber o que faço para quem trabalho e o que penso.** Que bom porque não dá pra falar o que penso ou o que faço e para quem trabalho. Isso envolve segredo profissional (Carol).

O depoimento de outra servidora também exhibe um formato bastante “educativo” quanto aos princípios da associação. Ela destaca um aspecto que poderia passar despercebido a outros membros, de que ali o que o participante é livre para inventar-se:

Hoje poderia ser triste? Poderia, mas eu tenho vocês. Descobri pessoas incríveis que partilham o seu sofrimento, a sua angústia, seus medos tal como eu. Não é fácil. **Queria mama, papa e todos os que amo aqui. Mas não tenho.** Então só por hoje eu agradeço ao Poder Superior por não ter acordado triste, por ter vocês, os *N/As*. Por poder partilhar, por poder compreender. E principalmente, por saber que **eu tenho jeito, eu tenho a cura. Eu tenho companheiros que não me conhecem, não sabem de onde vim. Se sou bandida ou mocinha. Mas que me escutam e querem o meu bem assim como desejo a recuperação e o bem de todos aqui** (Alice).

A princípio, o anonimato possibilita a qualquer indivíduo se distanciar de sua própria história. Isto é, ao chegar a *Neuróticos Anônimos*, o participante pode apresentar-se aos outros livremente, para se inventar, distanciando-se das marcas que o seguem, como nome, referência à família, sua condição profissional, seu estado civil, etc. Naquilo em que não se encontra determinada por informações precedentes, uma imagem do indivíduo pode começar a se estabelecer juntamente com uma reputação, permitindo delinear o sentido de sua trajetória de vida constituída a partir dali. Se, ao menos em parte, o passado não o aprisiona, serão as palavras ditas em seu depoimento, posições tomadas e suas memórias que

potencialmente se tornarão os instrumentos duma reformulação identitária, pois, *a identidade já não está determinada à partida* (KAUFMANN, 2004, p.23).

É comum que os membros usem subterfúgios na fala quando algo pode identificá-los socialmente. Exemplificando: ao falar do trabalho, alguém se refere vagamente à *área comercial* ou então diz simplesmente *um emprego que exige bastante de mim* ou *um trabalho pouco exigente*; uma integrante de frequência pouco regular dizia que estudava numa *instituição reputada* e outra se referiu ao marido como alguém que ocupa *um cargo importante numa empresa renomada*.

Por parte de alguns participantes, notei que tendem a manter uma atitude reservada, o que se torna mais evidente nas ocasiões em que há muitos novatos ou iniciantes presentes na reunião. Esse aspecto foi bastante acentuado no grupo II e acredito que isso tenha sido em grande parte devido à minha presença.

Por outro lado, nem sempre o que aconteceu de ruim na vida do integrante é fácil de contar, pois ainda machuca. Isso ocorre até mesmo porque, com o tempo, se espera que fique para trás, que se possa mudar o modo de interpretar o conflito vivenciado e/ou superá-lo:

Quando eu começar a aceitar quem eu sou, que eu nem sei direito né, mas eu sou assim. **Porque eu quero mudar? Eu quero entender o que aconteceu comigo e pra eu entender eu tenho que ser uma pessoa diferente.** Se aconteceu, não foi comigo que aconteceu. Eu me deixei sentir daquela ... Aquelas emoções do que me fizeram, ofenderam a mim, eu senti na minha pele. Então o que aconteceu fizeram pra mim – não! Fizeram e eu senti. **Então eu falei assim, poxa, então porque eu tenho que mudar? Eu tenho que ser como eu sou.** Eu sou desse jeito ... Porque assim, eu estava querendo mudar. Então porque se aconteceu isso é porque eu fui isso ... Já me disseram: **é porque você foi muito sem malícia, você é uma pessoa que não tem nenhuma malícia, você não tem malandragem você é uma pessoa boa demais. Mas, cara! Eu sou assim.** Agora eu vou ter que ser ruim, mas querendo o que, esperando o que? **Eu tenho que aceitar que eu sou do meu jeito.** Se eu puder melhorar, assim, algumas coisas, aceitando como eu sou pra que eu supere isso que aconteceu, eu acredito que eu vá passar essa fase tão complicada que eu estou passando né (Paola).

Como muito do que é abordado em *N/A* envolve sofrimentos e/ou constrangimentos, é importante salientar que o anonimato possibilita a reescrita da subjetividade. Pelo depoimento, é possível estabelecer perante outros membros, “estrangeiros” do seu círculo de relações íntimas, a transição de uma crença antiga sobre si mesmo para uma nova, mesmo que parte da intriga seja, de certo modo, ocultada como ocorre no depoimento de Paola. Trata-se de propor uma nova interpretação sobre a sua história, na medida em que a questão nuclear não é tanto o evento objetivo, mas, a (re)formulação subjetiva do *seu sentido* e da visão que a integrante tem de si mesma. Esse processo narrativo pode dar início a uma fase nova da

história pessoal da participante, pois, permite-lhe construir para si convicções originais que são reconhecidas *pela* e *na* ação coletivamente realizada com os outros membros (Cf. DUBAR, 2009).

Dentro do contexto das reuniões dos grupos, a identificação *neurótico(a)* envolve uma experiência positiva com a participação no grupo, conforme mostra o relato abaixo:

Eu não quero mais ser a causa de preocupação das pessoas que me amam. E digo, **em cada depoimento, cada passo, cada tradição, você vai se identificando**. Mesmo que eu ainda não me considere neurótica, meu irmão essa semana me disse uma coisa que é verdade. **Eu falei que não sabia ainda se era ou não neurótica** e ele me deu a resposta mais inteligente: não se preocupe com isso, o importante é que te faça bem! E daí você para pra pensar... Faz bem, me identifico. **Não gosto de nada em grupo, mas, me identifico com as pessoas aqui. Eu me sinto com vontade de ajudar cada companheiro que fala de seus problemas na sala.** E aqui, eu não posso fazer isso a não ser pelo depoimento porque eu também estou doente (Karina).

Assim, identificar-se como *neurótico(a)* é afirmar-se como sendo *igual*. No contexto de *Neuróticos Anônimos* essa identificação pela participação no grupo diz respeito *aos valores* compartilhados por seus membros.

Compromisso e responsabilidade

Ao final das reuniões, é sempre marcante ouvir o coordenador dizer a seguinte frase recitada em conjunto por todos: *quando alguém, seja onde for, estender a mão pedindo ajuda, quero que a mão de N/A esteja ali. E para isso: EU SOU RESPONSÁVEL*.

Nessa frase, o sentido da responsabilidade individual tem a ver com a participação no grupo, estabelecendo um compromisso com o outro. A apreensão disso difere bastante segundo a interpretação de cada participante. Reproduzo a seguir um depoimento sobre o assunto:

Hoje, percebo que **sou responsável pela minha recuperação** e o N/A devolveu a espiritualidade que eu havia perdido. **Eu era uma pessoa egocêntrica, centrada em mim mesma, materialista.** E o Programa é espiritual, trata da nossa doença, da nossa alma doente (...). **Prestar serviço é muito gratificante e me ajuda a me manter emocionalmente serena (...)** sei que **aqui minha contribuição é importante aos companheiros** (Ana).

A fala de outro participante evoca um dos lemas de *N/A só por hoje* indicando a sua dificuldade em manter o compromisso com a participação no grupo:

Estive ausente, vivendo uma de minhas crises de depressão. Durou um mês. Coincidência o tema dessa reunião, recomeço. É o que estou tentando fazer hoje. Tenho vivências com tentativas frustradas de resolver minhas neuras. **Tudo começou quando comecei a analisar demais o conteúdo do N/A. Sei que o conteúdo não é pra ser criticado, é pra ser seguido. Aí saí sem rumo**, comecei a ficar descrente e a autopiedade chegou. (...) não é essa a função da leitura dos Passos, dos livros. Não é criticar, ficar achando que tudo tem problema. Então estou de volta, melhor do que antes. **Só por hoje sem o compromisso de que isso seja para a vida inteira** (Enrique).

Assim, é possível notar pela fala de Enrique que o compromisso com a participação implica o aprendizado e a adesão voluntária a valores envolvidos na Programação de *N/A*. Uma vez que sua convicção a respeito da validade do conteúdo do Programa oscila, Enrique tem dificuldade de afirmar seu compromisso na duração. Cabe esclarecer que o conteúdo a que ele se refere é sobre a responsabilidade consigo mesmo, *com a própria recuperação*, embora a dinâmica do Programa produza o efeito de que, com isso, o membro individual ajude também aos outros.

O depoimento a seguir é de uma servidora e explicita a ênfase na responsabilidade pelas próprias ações e como isso se reflete em relação aos outros membros do grupo:

E a gente tá aqui pra poder, sabe... Não fazemos milagre. Mas a gente faz assim o que a Programação vai dando pra gente. Nós não precisamos fazer mais nada. **Eu não sou melhor que ninguém nem pior. Nós estamos aqui e essa responsabilidade é minha, é com a minha recuperação**, é seguir a Programação. **Se eu seguir a Programação eu vou me recuperar. E eu me recuperando vou ajudar muitas pessoas**. Porque um dos motivos pelo qual eu fiquei nessa sala é saber que existiam pessoas recuperadas. Se eu chegasse aqui e só visse gente louca, maluca, neurótica, eu não ia querer continuar. **Eu continuei vindo aqui porque a Programação tem um fundamento e por ela a gente consegue** (Marinete).

O aprendizado dos valores implicados na participação em *N/A* não é algo que possa ser imposto, mas algo que deve ser apropriado ativamente por seus membros. O que é aprendido no grupo está sujeito a revisões e flexibilidades de acordo com a motivação e disponibilidade de cada um.

A participação bem-sucedida e/ou mais compromissada requer a motivação subjetiva do integrante, a construção de um projeto pessoal a partir da criação de uma convicção consistente sobre a importância disso para a sua vida pessoal.

A reunião de serviço

Ao participar de reuniões de serviço, adquiri uma profundidade maior na compreensão do funcionamento da associação e na percepção do comportamento dos membros do grupo. Embora em *N/A* não haja hierarquias rígidas, indivíduos investidos de autoridade ou profissionais, as relações entre os membros são verticalizadas pela experiência adquirida com a participação e o envolvimento nas atividades da associação⁸⁴.

As reuniões de serviço são diferentes das convencionais. Nelas são discutidas questões de ordem financeira, como pagamento de contas e repasses, além do planejamento e organização das atividades dos grupos e intergrupais. Os servidores explicaram que *é como uma reunião de condomínio*. Em minha opinião, é bastante diferente porque em *N/A* eu presenciei *diálogo, consideração, dedicação e envolvimento com os temas em questão*, de maneira que nunca vi ocorrer – e sequer consigo imaginar ocorrendo – numa reunião de condomínio ou mesmo em uma assembleia de estudantes universitários. De fato, ficou evidente para mim que os servidores, a maioria daqueles que estavam presentes, gostavam muito do trabalho que fazem na associação.

Nessas reuniões também é possível debater outras questões importantes sobre avaliações do grupo e da participação de seus membros. Foi assim que soube que a prática de *dar retornos* nos depoimentos pode ser problemática, sendo objeto de preocupação e cuidados por parte dos servidores:

Eu acho errado quando chega uma pessoa nova aqui e fala do problema dela aí um monte de gente na cadeira falou diretamente pra pessoa e a pessoa nunca mais voltou. Então não aceito. Está certo que tem pouca gente na sala hoje. Mas se a gente entre NÓS prestar mais atenção nisso... Nas coisas de *N/A*, está escrito que a gente não deve retornar (...). **Eu não sei como que se fala com a sala, como é que se coloca porque se a pessoa não está vindo à reunião de serviço, eu não sei como se coloca essas coisas.** (...). Se for falar alguma coisa, esperar a pessoa voltar na próxima reunião, mas não no primeiro dia que ela vem porque não conhece o tipo de pessoa que ela é e não se sabe se... Eu mesmo já falei que quando eu falar eu não gosto que me dê retorno. Tem gente que gosta, tem gente que não gosta. O certo seria não dar retorno (Marinete).

Dar receitas. Como a gente pode abordar isso? Eu particularmente, minha visão, eu acho que **a gente não pode interferir no comportamento do companheiro**. A gente

⁸⁴ É previsto que todo grupo tenha um Comitê de Serviço responsável pelo desempenho das principais funções relativas ao seu funcionamento: coordenação do grupo, secretaria, tesouraria, representante de serviços gerais e relações públicas. Esse Comitê é formado por aqueles que têm mais tempo de experiência e que são mais engajados e participantes no grupo. Na prática, o que se observa é que essas atribuições são flexíveis, podendo um servidor desempenhar mais de uma dessas tarefas. Ou, ainda, que cada uma delas seja desempenhada por dois servidores (como a função de coordenação do grupo). Por outro lado, alguns podem assumir funções na associação fora do grupo, como, por exemplo, em algum escritório de *N/A*.

espera que ele estude e melhore o seu comportamento nesse sentido (...) sabe, viver e deixar viver, **ele quer cuidar da vida do outro como cuida da própria. Cuida da sua, deixa o outro.** Porque a pessoa de muito boa vontade ela quer sugerir pra pessoa que chegou, o novo, tal, olha faça assim, mas não é assim, a gente fala. Então talvez isso não baste, sei lá, talvez a gente tenha que **reforçar a primeira tradição: olha o bem-estar comum.** (Juliano).

No meio da discussão, eu perguntei aos presentes se, pela Programação, não era previsto um modo pelo qual se pudesse *dar um toque para os companheiros* e uma servidora respondeu-me:

Sabe como você dá um toque? Pelo seu depoimento. Por exemplo, por isso que eu acho que os mais antigos deveriam esperar e falar mais no fim (...). **Mas nós não devemos.** Não devemos sabe por quê? **Porque eu não sei nem o que fazer da minha vida, como é que eu vou falar pra você?** (Marinete).

Mas deve ser esclarecido que a prática de dar retorno é algo positivo nos encontros da associação. Conforme explicita um servidor: *você pode chegar aqui e a pessoa contou uma dificuldade dela. Você então conta uma situação que vivenciou próximo daquilo. É assim* (Reinaldo).

Após longa discussão ficou decidida a realização de uma sutil indicação sobre o assunto na ata da reunião nos seguintes termos: *o melhor modo por enquanto é reforçar a tradição* (Marinete); *a consciência coletiva tá pedindo pra que se leve em consideração o que se pronuncia no quinto enunciado do livro – que se tenha mais respeito mantendo-se em silêncio durante a reunião* (Juliano). A partir de então, a ata seria lida brevemente no início da reunião semanal, em vez de ser exposta no quadro de avisos já que muitos não costumam ler o que se afixa nele.

Algo que achei interessante é que o *script* que rege o funcionamento das atividades do grupo pode ser objeto de discussão e reavaliação, podendo ser modificado. Segundo a fala de um servidor, alterar algumas coisas *não muda a unidade, não muda a Programação é só um ajustamento desse grupo em relação a tal questão* (Juliano).

O debate apresentado a seguir foi em torno do tópico 13 do *livro azul* que dispõe sobre a fala do coordenador na *recepção do novato*. Os servidores presentes nessa reunião eram Anita, Marinete, Reinaldo e Juliano⁸⁵. Eles são os mais comprometidos com o grupo,

⁸⁵ Anita, Marinete, Reinaldo e Juliano têm respectivamente quatro, cinco, dez e vinte anos de participação. Camilo e Maria são os mais antigos no grupo que tem aproximadamente 32 anos de existência, mas, além de limitações na frequência aos encontros por causa da idade, a participação deles não se destaca tanto no grupo. Dentre esses servidores, aqueles que sobressaem mais pelo maior engajamento mais enérgico demonstrado são

destacando-se nas reuniões. Estava ausente outro servidor, Camilo, veterano de longa data, e Maria, coordenadora do grupo, também de participação antiga. Além de mim, havia duas amigas: Cleide que era membro iniciante e Carmem, um pouco mais antiga no grupo. Elas compareceram por engano, achando que se tratava de uma reunião de estudo.

Juliano – temos essa questão da introdução do novo:

“O ingresso em N/A depende exclusivamente da própria pessoa. O único requisito é o desejo de recuperar-se da neurose. Se alguém aqui já tenha tomado a decisão de ingressar, através desse Grupo, poderá solicitar uma pequena ficha verde que simbolizará sua participação na Irmandade com o propósito de pôr em prática o Programa de Recuperação de N/A”[leitura do livro azul⁸⁶].

O nosso grupo aqui, antes, tinha uma consciência coletiva de que **a gente não ia ler isso para o novo porque tá colocando para o novo uma condição que ele ainda não sabe se ele...** “se alguém aqui já tenha tomado a decisão de ingressar”: ele nem sabe se ele quer participar ou não né!

Anita – **nem sabe se é neurótica ainda né!**

Marinete – Eu gosto de fazer do jeito que está aí. Se eu tivesse entrado na sala e não tivesse sido assim acho que eu nem teria ficado.

Juliano – eu acho melhor não, eu não faria e não faço.

Reinaldo – eu não gosto de dar porque às vezes a pessoa não vem mais.

Anita – exatamente.

Carmem – **porque ela se sente pressionada.**

Reinaldo – não, às vezes a pessoa não vem mais, mas ela tem os endereços, ela tem um negocinho, fichinha que um dia...

Carmem – **a ficha de ingresso é um compromisso.**

Juliano – ela não sabe nem o que é isso ainda.

Carmem – se ela chegou até aqui, mais compromisso? Pelo amor de Deus!

Marinete – **ela acha que sempre é uma acolhida, eu acho. Pegar a ficha verde.**

Reinaldo – **eu penso no lado da acolhida também.**

Juliano – **Não lê essa parte aqui que é pra pessoa não se sentir obrigada.** Faz naturalmente: “Olha fulano você está aqui então vamos dar essa ficha aqui e tal”. Aí o coordenador entrega pra alguém que vai lá e dá um abraço e entrega. Porque eu conheço alguns aqui que eu tento evitar porque vai lá e começa a fazer um discurso. Não! **Vai lá e dá um abraço pô!** Né? Já foi lido aqui, você tem uma fichinha, você tem o questionário... E se o cara fala toma tempo. Algum tempo atrás eu tive essa ideia tirar essa formalização da entrega. Chama um entrega pra um dá um abraço, entrega pra outro dá um abraço! **Pra mostrar que é um grupo!** Você entrega e o outro também.

Marinete, Anita e Reinaldo. Anita, curiosamente, não dá depoimentos nas reuniões, mas todos reconhecem o seu empenho sem igual nas amplas tarefas que assume dentro do grupo.

⁸⁶ Neuróticos Anônimos. *O Grupo de N/A. Como Funciona*. São Paulo: ENABRA, 2006.

Pra mim uma sugestão é deixar isso daqui livre. Quem se sentir a vontade pra ler, leia, quem não se sentir à vontade não lê.

Anita – então não lê mais, porque eu não me sinto à vontade pra ler!

Carmem – eu acho importante deixar claro que a fichinha não é compromisso nenhum. É pra lembrar que nós estamos aqui e afasta qualquer ideia de compromisso, de obrigação.

Reinaldo – isso.

Juliano – é justamente isso. **Você está ali na pressão: “eu gostaria de ser, mas, eu não sei ainda se eu sou neurótico”...**

O mais interessante dessa discussão é o fato dela orbitar em torno da necessidade percebida de buscar amenizar para o novato o peso da responsabilidade que envolve a entrada e participação no Programa de *N/A*. Carmem reconhece a dificuldade na assunção e manutenção de compromissos individuais. Já os servidores exibem a propensão de ver a entrada no Programa mais como um acolhimento. Entretanto nas reuniões, seus depoimentos não deixam qualquer dúvida a esse respeito:

Há muitos novatos hoje na sala. O tema de hoje: responsabilidade. A responsabilidade me dá tremedeira. É o que eu mais faço. Hoje eu trabalhei como um cavalo velho, assim como noutra ano e no ano anterior. Agora estou lá responsável pela minha mãe doente que teve AVC. Não estou mais trabalhando tanto na Irmandade. (...) eu já trabalhei no escritório central de Neuróticos Anônimos. Agora estou mais afastado. **A maior responsabilidade que eu tenho que ter é comigo mesmo. É com a minha recuperação. Se a gente vive no automático só se ferra.** Estou cansado de ver gente nova morrer porque não se cuida (Reinaldo).

Eu acho que **eu sempre fui uma pessoa com grande senso de responsabilidade. Então só que quando eu entrei na sala, na Programação eu percebi com o tempo que a minha maior responsabilidade é com a minha recuperação. Porque eu estava vivendo uma vida falida.** Tudo tinha dado errado porque o meu modo de ser antes de conhecer a Programação já estava bem doente e eu tinha conseguido estragar bastante coisa na minha vida com as minhas atitudes. Mas como eu sempre poupei a minha fé no Poder Superior, ele me ajudou a chegar **nessa sala.** E a partir daí **eu comecei a me olhar** né (Marinete).

Como mostrado, os participantes de *N/A* reconhecem o valor da ajuda a outros, sendo bastante conscientes sobre a importância de sua participação, o que reforça seu sentimento de pertença, de tomar parte, de ser pessoalmente importante para algo.

O que deve ser ressaltado mais uma vez é que esse comprometimento repousa na responsabilidade assumida por cada um pela *própria recuperação*. O envolvimento com o grupo, com a associação e a ajuda ou serviço prestado ao outro é tudo consequência

operacional do Programa, que leva o sujeito a se conscientizar sobre a importância da sua ajuda a outros mediante o *engajamento pessoal com a sua própria participação*.

Embora cada integrante possa vir a assumir a participação como um projeto pessoal, somente um número menor deles, os servidores, se envolverá de modo mais expressivo com a associação, constituindo as figuras *exemplares* assim reconhecidas pelos outros (demonstrado por suas falas). E isso ocorrerá em grande parte pelo empenho de elaboração subjetiva da convicção acerca da importância dessa participação para as suas vidas pessoais. Isso se concretiza em suas narrativas e na dedicação de cada, um por seu envolvimento nas práticas da associação e, somente em decorrência disso, pelo tempo da experiência de participação.

O N/A é uma escola

Minha experiência me ensinou que a ansiedade pode chegar a ser uma doença neurológica e necessitar de ajuda médica especializada. **Sou fruto de um casamento entre uma pessoa alcoólica e outra depressiva. Fui criada num ambiente de temor (...) não consegui desenvolver o sentimento de confiança nas pessoas, na vida e em mim mesma.** Aprendi que o medo é uma defesa natural do ser vivo, mas em se tratando de seres humanos, há um “agravante”: **somos capazes de raciocinar e criar nosso próprio sistema de defesas, usando sentimentos negativos e minha mente aprendeu a ser ansiosa,** a viver com uma expectativa de que algo ruim poderia acontecer a qualquer momento. (...) Em N/A fui aprendendo a me conhecer e a reconhecer os gatilhos que podem acionar uma crise de ansiedade. (...) Para mim, **N/A é uma Escola cuja matéria são as emoções e como lidar com elas.** Hoje vejo as emoções negativas como a mente compulsiva. Eu era viciada em energia mental negativa (Anônima/SP)⁸⁷.

O depoimento transcrito acima foi retirado da *Revista de N/A Novos Horizontes*. Assim como nele consta, os participantes referem-se frequentemente a N/A como sendo *uma escola*. O aprendizado pela experiência de participação é bastante valorizado pelos membros. O depoimento reproduzido abaixo é de outro servidor:

Por incrível que pareça, por uns tempos **eu confundia sabedoria com conhecimento, com cultura.** Chegava mesmo a dizer daqueles que dominavam um determinado assunto: ‘Fulano é sábio!’ Erro meu. Não era por demonstrar conhecimento que o indivíduo é sábio, ele é culto, instruído. Era o meu caso em relação aos princípios de N/A. Eu li toda a literatura, participei de muitos seminários e palestras na Irmandade e **adquiri muito conhecimento. Mas me faltava sabedoria para aplicar tais conhecimentos,** eu era um N/A teórico (Rodrigo).

A “aplicação dos conhecimentos” é, sobretudo, a própria participação. Isto é, falar sobre si mesmo. É por meio do depoimento que se aprende a “lidar com as emoções”,

⁸⁷ Neuróticos Anônimos. A linguagem dos sentimentos. *Novos Horizontes* – Revista Brasileira de Neuróticos Anônimos, n. 65, março, 2014. São Paulo: ENABRA, pp. 32-33.

refletindo sobre as circunstâncias a que se referem, falando a seu respeito, formulando para elas *um sentido*. E o que ali se aprende é transferido de algum modo para fora desse contexto. Considero interessante mostrar as reflexões de duas mães e de um educador sobre seus aprendizados em *N/A*:

Tive muitas perdas na vida. No entanto, eu passava uma alegria, falava com todos, estava sempre rindo. Fugindo da realidade, na verdade. Ao mesmo tempo carregava uma tristeza e uma angústia sem explicação (...). Há uma semana tive uma perda e dessa vez fiz o que tinha que fazer: chorei me lamentei por dois, três dias e, a dor reduziu e reduziu e se tornou mais fácil para lidar. E agora já estou atuando na solução. (...). Parece fácil dizer para esquecer os prejuízos, mas toma tempo entender como fazê-lo. **Como digerir a dor e entender que é parte da vida?** E muitas vezes tornamos a perda maior do que ela é e nos esquecemos de quem fica e precisa de nós. **Hoje em dia tenho mais equilíbrio na aceitação da perda e dos dias ruins. E estou orgulhosa por conseguir estar ensinando aos meus filhos a conviverem melhor com as perdas** (Cristina).

Eu sempre achei que faltava muita coisa em minha vida. Então ficava adiando a felicidade. Pensava que quando emagrecer, quando tirar férias, no fim de semana e assim por diante. Aqui no N/A aprendi a ver que essa doença me faz refletir o quanto é gostoso cada momento que não estou em crise. Porque quando estou em crise não consigo me alegrar nem mesmo se ganhar na Mega Sena! **Hoje, pensando quanto é bom aproveitar cada abraço e brincadeira com minha filha, aproveitar a atenção e carinho que meu marido tem comigo, apesar de tantas vezes eu não merecer porque perco a paciência. E ele acaba ouvindo o que não merece. Hoje sou muito grata a ele (...). Espero ensinar pra minha filha, quando ela crescer, o que estou aprendendo aqui hoje. Estou muito feliz por estar partilhando isso hoje com vocês** (Cláudia).

Não dá pra vir aqui e dar uma aula né, dá pra falar de mim (...). Eu não sei se eu escolhi ser palhaço porque é um momento de fazer as outras pessoas felizes e de repente tentar fazer algo aí que está meu inconsciente aí de depressão, né. Porque estudos tem um monte de coisa né, de explicação intelectual né. (...) Eu necessito de emoções. Eu vivi pelo menos uns dez anos usando drogas sem saber o que era emoção nenhuma. Era: euforia e depressão, euforia e depressão... Agora não. Eu vou esconder minha emoção, vou estancar ela? Claro que não. Só que como eu vou reagir a isso e às pessoas é que tem sido diferente. Só isso. Às vezes eu sinto raiva, eu sinto ódio, eu sinto amor, eu sinto felicidade, eu sinto tristeza. E tudo intenso cara! É muito louco! Por isso que **eu falo que quando eu venho pra cá eu me identifico no meu habitat. Porque aí fora as pessoas estão buscando vencedores (...). Eu trabalho com crianças e educando crianças. E hoje os pais querem, eles estão ensinando as crianças a ser gente grande cara! Bota no judô, bota na faculdade, na escola de inglês... E não deixa ela ser criança cara!** (...) quando eu sento aqui e falo do que eu entendo como sendo minha filosofia de vida (...) filosofar é falar da vida. E eu falo da minha. Hoje está bom. Amanhã eu venho aqui e falo um monte de b... Um monte de palavrão porque eu vivi. (...) **E aí eu venho compartilhar isso com vocês senão eu não entendo.** A vida começa a se tornar muito retórica: “tem que ser”!, metodológica... (Wagner).

Como muitos participantes que conheci em *N/A*, Wagner é muito perspicaz nas reflexões que compartilha com o grupo. Em um de seus relatos afirmou: *por ter conhecido a droga eu estanquei uma parte da minha vida*. Segundo ele, as suas emoções sinalizavam os momentos bons e os ruins da sua vida e ele tinha algo a aprender com elas. Por isso, além de frequentar Narcóticos Anônimos, ele frequenta o *Neuróticos Anônimos*.

O relato de uma participante sobre o seu uso de psicotrópico é interessante se consideradas essas questões:

Estava desempregada até semana passada. Na terça fui a uma entrevista de emprego. Me saí bem na entrevista. Logo que cheguei em casa a ansiedade tomou conta. Não conseguia relaxar, queria ser chamada para trabalhar naquela empresa. Chorei. Meu marido não entendeu tanto choro se eu havia acabado de chegar da entrevista. Eu não me sentia merecedora da vaga! **Tomo remédio para dormir. Nesse dia, exagerei na dose porque não conseguia dormir.** Me arrependi porque passei muito mal. Mas, rezava e a ansiedade não passava pois, era tão grande que doía meu peito. No outro dia, recebi um telefonema me avisando que fui escolhida para a vaga! Porque sofri tanto? Me apresentei para o trabalho mal por causa do remédio e cansada do estado ansioso. Quase estraguei tudo! Percebo que o sentimento nos toma, nos envolve, não conseguimos controlar! **Sou grata ao Poder Superior e aos companheiros por me ouvirem. Me ajudam muito a refletir sobre essas coisas, porque isso não pode passar batido** (Elidia).

Em seus depoimentos, frequentemente os membros se manifestam sobre como falar nas reuniões os ajuda, apontando que as falas constituem um trabalho subjetivo distinto da psicoterapia:

No analista, o trabalho é de fora pra dentro. Enquanto no *N/A*, o que se faz é de dentro pra fora (Carmem).

Não discordo de terapeutas, mas, é igual a um gramado: eles cortavam a grama, sabe, e deixavam as raízes. E aqui o tratamento a gente arranca pra fora, tira com as raízes. E às vezes até incomoda, dá até abstinência no dia seguinte (...). Tenho que ouvir e falar bastante aqui né (...). **Eu tenho que ter domínio sobre minhas emoções.** Elas me incomodam me fazem sofrer. **Tenho que ter o raciocínio do porque está acontecendo aquilo (...).** **Com certeza um dia eu espero poder chegar e falar aqui: eu hoje sou uma pessoa feliz.** Esse é o meu sonho (Yuri).

Roehe (2004) afirma que em *N/A* “instauram-se relações tendentes à simetria, à igualdade, à mútua identificação; relações estas que a díade paciente/terapeuta não permite concretizar” (ROEHE, 2004, p. 13).

A identificação depende, antes de tudo, do processo de colocar-se em palavras, o que significa para o participante, apropriar-se dos recursos oferecidos pela associação para

projetar novas visões de si e de sua história. *Neuróticos Anônimos* ensina ao participante a importância de falar sobre si mesmo, processo pelo qual ele pode assumir perspectivas originais de autoavaliação. O relato a seguir é de uma servidora:

Se eu não **me enxergar** – e esse Quarto Passo é importante pra isso – se eu não me ver, eu vou querer pegar só o lado doentio e errado a meu respeito. Porque na minha vida eu fiz muita coisa errada. (...) Nossos defeitos de caráter não nos tornam pessoas más. **É que algum tempo de nossas vidas aconteceu alguma coisa que deformou o nosso caráter, mas não significa que eu seja uma pessoa má. Significa que sou uma pessoa que tenho condições de mudar a minha situação com o auxílio da Programação** (Marinete).

O repertório compartilhado no grupo sobre a experiência na Programação apresenta variações interpretativas, de acordo com a reflexão e vivência de cada um. Em geral, o que se observa ainda é que em torno dos princípios de *N/A*, cada membro individual contribui com algum elemento da sua vivência pessoal, compartilhada no grupo.

É comum, por exemplo, os integrantes levarem para o grupo uma ideia ou frase que leram, viram num filme ou ouviram alguém falar. Alguns levam anotações e leem para os outros, expondo suas opiniões a respeito. Isso pode ser visto no depoimento de uma participante que, após profundas considerações sobre sua vida, mencionou uma ideia retirada de um livro:

E eu estou lendo esse Quarto Passo (...) eu ainda estou lembrando dos meus 15 anos. Aí eu **estou percebendo que a minha personalidade, que meu caráter é meio que moldado** né. **Minha vida inteira uma coisa que foi imposta**, olha você vai ter que ser assim e as coisas que eu presenciei eu achei, pronto é melhor eu ser assim senão vai acontecer daquele jeito então é melhor que eu seja desse jeito (...). Eu gostaria que fosse diferente, aí você cria uma expectativa. E não acontece nada, **você continua meio que sendo manipulada pra ser daquele jeito**. Então eu penso assim, minha identidade né. Por que, **qual é a minha identidade, quem eu sou?** Então **eu fico meio que despersonalizada**, né. Então eu **estou lendo um livro** (...) li nele uma coisa muito engraçada, é assim, tipo: concedei-me a serenidade necessária para aceitar as coisas. Não coisas: **Eu li lá que eu tenho que aceitar eu**, eu como eu sou, **não coisas, as coisas são agregados**. Depois de eu aceitar como eu sou... (Paola).

A participação dos servidores mais velhos no grupo se faz distinguir por suas narrativas. Elas contrastam com as falas de caracteres mais psicológicos, fragmentados, experimentais e ensaísticos dos membros mais jovens.

Assumindo contornos que a maioria dos relatos em *N/A* não costuma exibir, demonstram ser produto de um longo e laborioso trabalho subjetivo do modo de interpretar e narrar a si mesmo. São histórias construídas a partir da experiência de participação na

associação, assumida como um projeto de vida, de aprendizado de si, de outros e com os outros, podendo ser apreendido pelo depoimento expressivo de um servidor de longa data no grupo:

Eu aprendi muito cedo gratidão. Agradecer a Deus por sobreviver. Obrigado pela vida. **Obrigado por existir. Obrigado por me permitir transitar pelos caminhos da vida, cometer muitos erros. Isso faz parte da raça humana.** Ser grato é difícil (...). É igual amar. Amar é difícil. Mas eu sei amar. **Eu fui caprichosamente baixinho, pobre e feio, careca com todos os adjetivos. A minha fé conseguiu superar tudo isso. Encontrei uma sala de AA em 1972. Eu levava os amigos e comecei a aprender a conviver com as coisas difíceis (...)** fui aprendendo a viver um dia por dia com a graça de Deus. Sabe, eu sou muito agradecido (...) eu agradeço a Deus pela inteligência. Estou tentando ser sábio. É difícil ser sábio (...). Tenho boa mulher, tenho bons amigos, vivo uma boa vida. Dentro daquilo que eu posso, eu vivo sem desejar. O que você não tem você vai ser infeliz tendo todo o olho no do outro... Estava dizendo pra um amigo meu quando eu vi o Eclesiastes na bíblia, eu li que com toda a fortuna do Rei Salomão, ele achava que **felicidade é como correr atrás do vento: você nunca vai pegar.** E ele descobriu um outro meio de encontrar e viver bem. Tratar o outro bem, não desejar mal para o semelhante. **E aqui, na nossa casa, na minha escola de vida que são vocês eu aprendi a viver um dia por dia na graça de Deus.** Ser grato. Eu sempre disse aqui que eu aprendi aqui a todos os dias quando eu levanto a primeira coisa que eu faço: eu dou bom dia a Deus e bom dia ao dia, e à noite eu dou boa noite a Deus e boa noite à noite. E isso já faz parte, já incorporei isso (...). No tempo de vida que me resta (...). **Que Deus me dê sabedoria para que quando eu der depoimentos aqui, a pensar de como se equilibra... Que eu não estou equilibrado. Eu estou bem (...)** eu às vezes faço uma brincadeira dessas: **Defeitos. E não de caráter e não defeitos emocionais. São defeitos de educação que eu não tive. De educação. É diferente. Eu ainda não tenho educação. Ainda estou me aprimorando.** Eu li aí uma passagem hoje e estava até comentando: não existe passado, nem futuro. Só existe o caminho (Camilo).

Dependendo do envolvimento de cada um com a associação e do sentido atribuído à sua participação, o membro de *N/A* pode construir por meio dela um projeto de vida inscrito na duração. A participação constitui assim um processo biográfico no qual a continuidade é acompanhada de uma narrativa de vida envolvendo *um olhar ético* (Cf. RICOEUR, 1991) conferindo sentido a uma existência inteira. Assim, são os membros compromissados de longa data na associação que exibem esse traço de busca por uma história de vida autêntica articulada à participação na associação.

Caminhar junto com os pares torna a empreitada de construir-se como sujeito menos dolorosa, mas, não menos solitária. É responsabilidade individual do participante “escrever” a sua própria história buscando alinhar os fios da sua vida, estabelecendo a partir desse evento o seu sentido. Pelo depoimento, o integrante pode criar novos sentidos, mas, isso é indissociável

do estabelecimento de laços sociais que lhe possibilitem *atuar* e ser reconhecido pelos mundos construídos e habitados por ele (Cf. DUBAR, 2009).

O depoimento a seguir foi proferido aos prantos por uma participante. Sua voz em tom alto, seguro, assertivo não contrastava com as suas lágrimas, pois elas envolviam a emoção, expressa em sua fala, na possibilidade de construir um novo sentido (e direção) para a sua história, a partir da própria experiência de participação em *N/A*:

Tudo que eu faço na minha vida é em função do medo (...). E **quanto mais eu fujo do medo mais eu sinto. E pra justificar que eu mereci ser ignorada, eu mereci ser traída, eu mereci ser rejeitada. Eu mereci. Me convenceram que eu mereci tudo isso.** (...). Porque lá com meus pais, com minha mãe, um lar totalmente disfuncional, um ambiente frio... As pessoas passavam do lado de fora e viam a casa pintada bonitinha, né. Meu pai era muito caprichoso. Mas, dentro de casa: frio. Um ambiente frio. Não se podia falar de emoção, não se podia falar por quê? Por que isso? Eu ouvi muitas vezes na minha infância que eu era uma pessoa intransigente. Então, assim, eu fui traída pelos meus pais (...) eu era apaixonada pela minha mãe, pelo meu pai, pela minha irmã. Então as pessoas com as quais eu me relaciono, eu me relaciono com paixão. E aí eu procuro gente que vai me trair, que vai me ignorar, que vai me rejeitar. Porque eu acho que eu mereço tudo isso. Eu estou convencida disso. Então é isso: **chegou a hora de eu cuidar de mim.** (...). **A razão, a causa está lá, lá atrás. Tudo o que eu vivencio hoje é só efeito. A mulher que eu sou, a Elisa, não é assim. Eu tenho afetos meus que são de firmeza, que são de determinação, que são de fé. Uma fé que eu aprendi sozinha.** Não foi na minha casa não. Eu aprendi sozinha. Sozinha. **Pessoas que tiveram misericórdia de mim, me ensinaram a ter fé. Porque a gente vai encontrando anjos pelo caminho, disfarçados de pessoas** (...). Eu era uma candidata ao suicídio, ou estar internada em algum lugar sendo dopada. Uma séria candidata. Eu sou uma sobrevivente (Elisa).

Considerações finais

Esta seção dedica-se a expor considerações sobre os fios que perpassaram este trabalho com o intuito de indicar pontos possíveis de aprofundamento ou mesmo formadores de agendas para pesquisas futuras.

O progresso que obtive na etapa encoberta da pesquisa junto ao terceiro grupo de *Neuróticos Anônimos* foi certamente determinante para a minha compreensão do universo empírico examinado, pois fui vista e tratada pelos membros como uma participante qualquer, o que consistiu na minha integração efetiva na associação. A experiência de adesão me possibilitou perceber com clareza, a vitalidade das regras e dos valores operantes na instituição e a importância que os membros atribuem ao compromisso que assumem com eles. Desse modo, as dificuldades e limitações que enfrentei me mostraram, de fato, a força dos elementos constituintes das especificidades pertinentes ao próprio campo de investigação.

Com os avanços alcançados no registro etnográfico, a escolha do referencial teórico-metodológico deu-se a partir da consideração do processo de medicalização da sociedade como deitando as suas raízes mais profundas nas mudanças sociais ocorridas, sobretudo, a partir da década de 1960, na esfera da vida privada e das relações entre os gêneros. Assim, esta pesquisa tomou em conta o processo de individualização em curso para compreender o papel desempenhado pela instituição *N/A* na orientação do comportamento dos seus membros, em relação às suas demandas específicas ligadas aos problemas da vida cotidiana.

Apesar da aproximação reduzida com os estudos sobre outros grupos anônimos por mim consultados para este trabalho, eles foram fundamentais para o meu entendimento sobre o *Neuróticos Anônimos*. Considero que a própria existência desses grupos se deve aos desafios com que se deparam os indivíduos e as suas necessidades particulares e, por isso, em período recente, eles têm se ampliado e expandido numa variedade de temas específicos. Por isso cabe destacar que, a característica sobressalente que guardam em comum é reunirem indivíduos que passam por problemas semelhantes, que contam suas histórias com as quais os outros se identificam. As dificuldades pessoais narradas nos grupos passam a exibir uma faceta que não se restringe ao vivido individualmente, mas, expõe situações coletivamente compartilhadas e para a qual os participantes buscam respostas.

Nos grupos de *N/A* por mim frequentados foi possível observar que aqueles que procuram o auxílio da associação exibem uma gramática psicológica, em suas primeiras falas, como marca de sua imersão social numa cultura emocional. Entretanto, o conteúdo dos relatos

mostrou que as motivações dos participantes dizem respeito a numerosos problemas enfrentados na vida cotidiana. Os homens mencionaram mais o uso de álcool e drogas, o divórcio, dificuldades no âmbito dos relacionamentos amorosos, familiares e no trabalho. As mulheres, o uso de psicotrópicos, assuntos referentes aos relacionamentos profissionais e familiares, educação dos filhos, solidão, apresentando, de modo mais pronunciado, questionamentos sobre os papéis sociais que desempenham e a própria “identidade”. Por outro lado, os relatos indicaram processos de estigmatização sofridos pelos integrantes em suas vidas pessoais nas quais as classificações psicológicas foram mobilizadas por conhecidos, sinalizando neles defeitos pessoais como desempenho insatisfatório, incapacidade de lidar com problemas e administrar a própria vida, insuficiência no autocontrole do comportamento.

Algo considerado foi que os mal-estares relatados estão relacionados a mudanças com que se deparam os indivíduos na vida cotidiana, ganhando expressão na forma de transtornos psíquicos, sendo os mais comuns a depressão e a ansiedade. Ao longo da vida, as mudanças são tantas que, na época atual, homens e mulheres parecem viver em estado de “crise” permanente, isto é, pode-se dizer que suas identidades estão em contínua (des)estruturação (Cf. DUBAR, 2009; EHRENBURG, 2010b). Em tais situações, os indivíduos precisam juntar subjetivamente as linhas de suas trajetórias de vida e também do seu sentido.

Dos perfis sociais que registrei nos grupos, considero relevante apontar que a maioria dos participantes tinha de 30 a 46 anos, ou mais, além de constatar a predominância de mulheres, sobretudo entre os membros mais comprometidos. Quanto à classe social, os frequentadores dos grupos compõem um público bastante heterogêneo devendo ser salientado que os locais de reunião considerados nesta pesquisa são áreas de passagem já que estão localizados em regiões centrais. Questões referentes à etnia não se destacaram, embora eu não tenha conseguido problematizar a questão da escassa presença de negros nesses grupos, pois uma explicação para isso não me pareceu algo evidente.

A categorização que realizei dos participantes compondo a hierarquização do grau de envolvimento pessoal na associação visou colocar em evidência que a continuidade da associação não prescinde da reprodução de um *ethos* institucional que precisa ser aprendido com bastante rigor. A solidez de estrutura organizacional básica de *Neuróticos Anônimos*, herdada de **Alcoólicos Anônimos**, não sugeriu maiores fissuras pelas pequenas variações observadas em seu funcionamento cotidiano. Isso porque, como foi mostrado, a associação impõe a seus membros um código de regras ritualizado bastante vigoroso, orientando os seus

comportamentos e regulando as suas interações no contexto das reuniões, indicando um controle pontual do processo de socialização experimentado nos grupos.

A grande maioria dos novatos que visita os grupos de *Neuróticos Anônimos* não retorna e os iniciantes não se estabelecem por período maior. É justificado pela própria associação que cada reunião se destina à recepção dos novos membros, evento que é muito marcado, sendo dotado de um simbolismo especial que visa fixá-los no grupo por meio de um tratamento singular na acolhida pelo grupo. Nesse momento, é notável o envolvimento precoce do integrante nos valores e nas normas que regem esse espaço institucional. Isso ocorre não apenas pela fala do coordenador, que interage com ele preparando-o, dessa maneira, para a apreensão do funcionamento do grupo, mas também por meio dos depoimentos pessoais dos membros, dentre os quais se destacam aqueles dos integrantes mais antigos, tomados por todos como as figuras exemplares dos grupos.

Todo o ambiente das salas de encontro de *N/A*, a disposição das cadeiras, a mesa central, a lousa, os cartazes didáticos com os princípios da associação, os livretos da literatura destinada ao estudo, as frases comumente repetidas pelos membros veiculando os ensinamentos de como se comportar no grupo, o que falar, como dizer, a atenção que deve ser dada ao tempo e espaço de fala de cada um, tudo isso reforça o curso da socialização dos preceitos da associação na interação típica no grupo.

O membro também deve aprender como falar de si mesmo, o modo de compartilhar a sua vida pessoal e seus problemas com os pares. Os iniciantes demonstraram inibição e dificuldades de comunicação. A atitude dos servidores contrasta com a deles, assumindo a figura de mestres sábios quanto ao domínio da própria fala e dos conhecimentos propostos pela associação, mobilizando todo um léxico moral típico do grupo para interpretar e dar forma aos seus conflitos e às suas vivências pessoais, mostrando ao grupo as maneiras de traduzir as suas experiências pessoais em narrativas a serem compartilhadas. Como foi possível mostrar, o participante deve aprender a usar esse léxico que o identifica como um membro do grupo. O iniciante vai abandonando paulatinamente a linguagem psicológica trazida por ele nos encontros iniciais, em prol daquela fornecida e utilizada pelo grupo, passando ainda a reproduzir certas temáticas relacionadas à importância do comprometimento pessoal com a própria recuperação e as “mudanças” em sua vida.

Foi apontado que, além de haver grande flutuação do número de participantes nos grupos, a dificuldade para assumir responsabilidades e administrar múltiplos compromissos pessoais, seja na família, no trabalho ou nos estudos, estabelecendo para si mesmos uma

prioridade no compromisso com a participação em *Neuróticos Anônimos*, é problematizada pelas falas dos próprios participantes. Os membros precisam o tempo todo lembrar, afirmando e reafirmando pela fala a importância do comprometimento com a própria recuperação, tornando vivo o valor disso, para si mesmos e para o grupo. Desse modo, é o integrante que deve aprender a empenhar-se na construção da participação como um projeto para si, a tornar-se capaz de mobilizar, de modo eficaz, os recursos oferecidos pela associação, a partir de um esforço subjetivo. O grupo está ali para conduzi-lo nessa empreitada, dispondo de todo um *know-how* específico que ensina como, por meio do depoimento pessoal, o participante pode re(contar) a sua história de vida e (re)constituir a sua individualidade.

A colocação de si em narrativa, na qual o membro retoma a sua trajetória e as suas identificações passadas, atribuindo-lhes um novo significado, possibilitam-lhe construir a sua identidade pessoal por meio da apropriação subjetiva de sua própria história. O depoimento transforma-se no instrumento de reformulação identitária, pois o participante pode propor versões originais de si mesmo que é reconhecida por outros. A identidade não é algo dado de largada no momento do nascimento, nem é completa em definitivo, mas, é construída a partir da infância devendo reconstruir-se continuamente ao longo da vida. O indivíduo não a constitui por conta própria porque ela depende tanto dos julgamentos dos outros como de suas próprias orientações e autodefinições. É nesse sentido que a identidade é o resultado de sucessivas socializações (Cf. DUBAR, 2009).

A convicção compartilhada pelos membros de *Neuróticos Anônimos* sobre a possibilidade de transformação do sentido da vida pelo próprio indivíduo e da constituição de projetos para si, habilita o participante a (re)definir o seu “eu”, a reformular a sua identidade. Pela fala compartilhada com outros, o integrante cultiva a crença de que, no grupo, ele pode fortalecer-se, que ele pode seguir em frente, encontrar caminhos para a sua vida, que *ele pode mais*. Assim, para que o membro individual obtenha sucesso no Programa de recuperação de *N/A*, e até mesmo venha a assumir a posição de liderança no grupo, ele deve apropriar-se, de forma ativa, não apenas dos princípios e valores da associação que lhe são ensinados, reconhecendo neles uma importância para si, mas, também, do significado de suas ações e de sua própria história de vida.

Certamente, foi possível apreender que os princípios embutidos pela participação como sendo um produto da liberdade de escolha, a ideia de responsabilidade pessoal, a autoanálise, a noção de autoria da própria vida, comporta uma contradição. Isso porque o trabalho da associação socializa os integrantes para que se tornem sujeitos autônomos. De

fato, o *Neuróticos Anônimos* propõe a libertação do indivíduo por meio de sua participação no grupo, afirmando que sozinho ele não conseguirá superar seus problemas. Entretanto, é o participante quem deve assumir *o compromisso pessoal pela própria recuperação*, o controle sobre as suas aflições, a gestão das emoções e afetos, o controle da própria vida. O membro precisa aprender a reconhecer a importância do grupo, dos outros, para assumir-se como indivíduo. Isso pode escamotear o seguimento da instituição, uma vez que a força efetiva desse aprendizado se inscreve na duração. É possível observar que são pouco numerosos os servidores, aqueles participantes mais comprometidos com a associação. Dentre eles, os mais antigos e que somam dez ou vinte anos de presença ativa são relativamente raros. Isto é, o próprio fundamento da autonomia dos membros quanto à participação no grupo é o princípio que torna frágeis os vínculos estabelecidos com a associação, apesar de significativos. Considerei que, por essas características, ela pode ser compreendida a partir da definição proposta por Dubar (2009), como uma relação de tipo societário, articulando, ao mesmo tempo, as iniciativas tomadas individualmente e as coletivas, o âmbito público e o privado, o engajamento afetivo e o ético.

Deve ser apontado que não há falta de quadros de referência na atualidade e eles também não se tornaram menos relevantes, mas ao contrário: são inúmeras as possibilidades que se colocam à disposição dos indivíduos. É por isso que, para muitos, o momento contemporâneo engendra uma espécie de crise de identidade crônica (Cf. EHRENBURG, 2010b). Pela via do imperativo de realizar-se com que todos, homens e mulheres, se defrontam, de constituir a própria individualidade, o destino da própria vida, é justamente onde entram em cena as múltiplas ofertas que o indivíduo pode utilizar para auxiliá-lo a fazer as suas escolhas de vida.

Assim, cabe destacar que este trabalho envolveu uma leitura do papel da instituição no período contemporâneo, não lhe atribuindo um peso excessivo ou insistindo que ela socializa mecanicamente indivíduos, inculcando, doutrinando ou impondo-lhes seus valores e princípios. Como entidade, *Neuróticos Anônimos* tem uma função mais flexível, mostrando a sua capacidade de adaptação às necessidades dos indivíduos que procuram o seu auxílio. Ou seja, são eles que reconhecem nela a validade de seus princípios para as suas vidas pessoais. São os indivíduos que devem aprender a mobilizar os recursos oferecidos pela associação, defendendo os seus interesses comuns e a partilha de seus valores.

Dito de outro modo, o papel das instituições para o indivíduo sofreu uma transformação. Assim como elas já não determinam os rumos pelos quais eles devem traçar os

seus destinos ao longo da vida, elas também não servem para orientá-los completamente quanto aos inúmeros problemas que lhes são propostos na vida cotidiana. A questão a ser ressaltada é que os participantes de *Neuróticos Anônimos* selecionaram uma entre tantas outras instituições existentes, das quais participam e pelas quais são socializados ao longo da vida, por certos períodos, para resolverem determinados problemas e não outros.

A socialização não constitui uma mera transmissão de normas, valores e códigos morais, mas, um processo de identificação, operando assim por meio da linguagem. Tendo em vista que o depoimento pessoal é a característica chave da miríade que compõe os grupos anônimos, este trabalho espera de algum modo ter contribuído para a abertura de caminhos que possibilitem a melhor compreensão desse tipo de associação e de sua difusão no período contemporâneo.

Bibliografia geral

- ANDRADE, Ana Maria Ribeiro de; CARDOSO, José Leandro Rocha. Aconteceu, virou manchete. *Revista Brasileira de História*, São Paulo, v. 21, n. 41, 2001, pp. 243-264.
- ARAÚJO, Ivanira de Souza. *Alcoolismo como processo: da identidade construída à (des) construção da pessoa*. 2007. 136f. Dissertação (Mestrado em Ciências Sociais) – Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas, Universidade de São Paulo, São Paulo, SP.
- BUENO, Arthur Oliveira Bueno. *As paixões do homo oeconomicus: racionalidade e afeto na ação econômica cotidiana*. 2008. 127f. Dissertação (Mestrado em Ciências Sociais) – Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas, Universidade de São Paulo, São Paulo, SP.
- BURNS, John E. *O Caminho dos Doze Passos: o tratamento de dependência do álcool e outras drogas*. São Paulo: Loyola, 1995.
- CARDOSO, Ricardo M. M. *Só por hoje: um estudo sobre Narcóticos Anônimos, estigma social e sociedade contemporânea*. 2006. 113f. Dissertação (Mestrado em História) – Instituto de Ciências Humanas e Filosofia, Universidade Federal Fluminense, Niterói, RJ.
- CAMPOS, Edemilson Antunes de. *Alcoolismo, doença e pessoa*. Uma etnografia da associação de ex-bebedores Alcoólicos Anônimos. 2005. 206f. Tese de Doutorado (Doutorado em Ciências Sociais) – Centro de Educação e Ciências Humanas, Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, SP.
- DUBAR, Claude. *A crise das identidades*. São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo, 2009.
- _____. Entre crise global e crises ordinárias: a crise das identidades. *PLURAL-Revista do Programa de Pós-Graduação em Sociologia da USP*, São Paulo, v.18 n.1, 2011, pp.175-184.
- EHRENBERG, Alain. *O culto da performance: da aventura empreendedora à depressão nervosa*. Aparecida – SP: Ideias Et Letras, 2010a.
- _____. *The weariness of the self: diagnosing the history of depression in the contemporary age*. Québec: MacGill-Queen's University Press, 2010b.
- FERREIRA, Carolina Branco de Castro. *Desejos regulados: grupos de ajuda mútua, éticas afetivo-sexuais e produção de saberes*. 2012. 266f. Tese (Doutorado em Ciências Sociais) – Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP.
- GOFFMAN, Erving. *A representação do eu na vida cotidiana*. São Paulo: Vozes, 2009.
- _____. *Estigma. Notas sobre a manipulação da identidade deteriorada*. Rio de Janeiro: Zahar Editores, 1975.

- HABERMAS, Jürgen. *Teoría de la acción comunicativa*. Madrid: Taurus, 1987.
- ILLOUZ, Eva. *Saving the modern soul: Therapy, Emotions and the Culture of Self-Help*. Berkeley, Los Angeles, London: University of California Press, 2008.
- KAUFMANN, Jean-Claude. *A invenção de si*. Lisboa: Instituto Piaget, 2004.
- _____. *Ego. Para uma sociologia do indivíduo*. Lisboa: Instituto Piaget, 2001.
- LUCCAS, Vivian Nara Bracco. *A delicadeza dos meus sentimentos: a dependência alcoólica feminina representada por homens e mulheres em processo de recuperação alcoólica*. 2015. 236f. Dissertação (Mestrado em Ciências) – Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, Universidade de São Paulo, São Paulo, SP.
- MEAD, Georg Herbert. *Espíritu, persona y sociedad*. Buenos Aires: Paidós, 1968.
- MORAES, Maria Regina C. *Autocuidado e gestão de si: hábitos saudáveis na mídia impressa semanal*. 2014. 325f. Tese (Doutorado em Sociologia) – Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas, Universidade de São Paulo, São Paulo, SP.
- MONTEIRO, Ana Maria. *Neuróticos anônimos: reavaliando a vida sob novas perspectivas*. 2002. 126f. Dissertação (Mestrado em Ciência Política) – Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP.
- PIERUCCI, Antônio Flávio. Secularização em Max Weber: Da contemporânea serventia de voltarmos a acessar aquele velho sentido. *Revista Brasileira de Ciências Sociais*, São Paulo, v. 13, n. 37, Junho, 1998, pp. 43-73.
- PROCÓPIO, Adélia de Souza. *Quando amar é sofrer*. Um estudo dos discursos sobre gênero e afetividade das Mulheres Que Amam Demais. 2007. 160f. Dissertação (Mestrado em Sociologia) – Faculdade de Ciências Humanas e Filosofia, Universidade Federal de Goiás, Goiânia, GO.
- RICOEUR, Paul. *O si-mesmo como um outro*. Campinas – SP: Papirus, 1991.
- ROEHE, Marcelo Vial. Apoio social e religiosidade: a dinâmica de recuperação em Neuróticos Anônimos. *Revista de Ciências Humanas-Educação* [online], v. 4, n. 4, 2003, pp. 1-15. Acesso em 12 abr. 2014. Disponível em: <<http://revistas.fw.uri.br/index.php/revistadech/article/view/230/417>>.
- _____. Experiência religiosa em grupos de autoajuda: o exemplo de Neuróticos Anônimos. *Psicologia em estudo* [online], vol. 9, n. 3, 2004, pp. 399-407. Acesso em 26 abr. 2014. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pe/v9n3/v9n3a07.pdf>>.
- SIMMEL, Georg. *Questões fundamentais da sociologia: indivíduo e sociedade*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed, 2006.
- _____. *Georg Simmel: Sociologia*. São Paulo: Ática, 1983.
- SILVA, Fabiana R. *Depressão e sociedade: o surgimento do sujeito neuroquímico na época contemporânea*. In: 20 SIICUSP – Simpósio de Iniciação Científica da Universidade de São Paulo, 2012, São Paulo.

TADVALD, Marcelo. *Serenos, Corajosos e sábios: a plataforma terapêutica dos Alcoólicos Anônimos e seus participantes através de um olhar antropológico*. 2006. 163f. Dissertação (Mestrado em Antropologia Social) – Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS.

WEBER, Max. *A ética protestante e o “espírito” do capitalismo*. São Paulo: Cia. das letras, 2004.

_____. *A “objetividade” do conhecimento nas Ciências Sociais*. São Paulo: Ática, 2006.

_____. *Economia e Sociedade: Fundamentos da Sociologia Compreensiva*. Vol.1. São Paulo: Ed. UnB, 1994.

Literatura de Neuróticos Anônimos

NEURÓTICOS ANÔNIMOS N/A. *Ajuda aos que sofrem de distúrbios mentais e emocionais*. São Paulo: ENABRA, 2014.

_____. *A etiologia da doença mental e emocional*. A nova Ortopsicologia que funciona. São Paulo: ENABRA, s/d.

_____. *Ajuda para os que estão mental e emocionalmente aflitos*. Uma Introdução. São Paulo: ENABRA, 1995.

_____. *As leis da doença mental e emocional (Definição, Origem, Manifestação, Prognóstico e Cura)*. São Paulo: ENABRA, 2001.

_____. A linguagem dos sentimentos. *Novos Horizontes* – Revista Brasileira de Neuróticos Anônimos, n. 65, março, 2014. São Paulo: ENABRA.

_____. Despertar da Irmandade: juntos, faremos a diferença. *Novos Horizontes* – Revista Brasileira de Neuróticos Anônimos, n. 60, dezembro, 2013. São Paulo: ENABRA.

_____. Gratidão. *Novos Horizontes* – Revista Brasileira de Neuróticos Anônimos, n. 62, junho, 2013. São Paulo: ENABRA.

_____. Hábitos e pensamentos negativos retardam a nossa recuperação? *Novos Horizontes* – Revista Brasileira de Neuróticos Anônimos, n. 58, junho, 2012. São Paulo: ENABRA.

_____. Mente aberta, boa vontade e honestidade. *Novos Horizontes* – Revista Brasileira de Neuróticos Anônimos, n. 64, dezembro, 2013. São Paulo: ENABRA.

_____. *O Grupo de N/A. Como Funciona*. São Paulo: ENABRA, 2006.

_____. *Os Doze Passos e as Doze Tradições que orientam as pessoas e os grupos da Irmandade de N/A*. São Paulo: ENABRA, 2013a.

_____. *Passos e Tradições a Caminho da Sanidade*. São Paulo: ENABRA, 2013b.

_____. Refletindo sobre a Oração da Serenidade. *Novos Horizontes* – Revista Brasileira de Neuróticos Anônimos, n. 54, junho, 2011. São Paulo: ENABRA.

_____. Refletindo sobre a depressão. *Novos Horizontes* – Revista Brasileira de Neuróticos Anônimos, n. 61, março, 2013. São Paulo: ENABRA.

_____. Vivenciando a espiritualidade nos Três Legados em N/A. *Novos Horizontes* – Revista Brasileira de Neuróticos Anônimos, n. 63, setembro, 2013. São Paulo: ENABRA.

Endereços eletrônicos

ALCÓOLICOS ANÔNIMOS AA. Acesso em jan. 2014. Disponível em:
<<http://www.alcoolicosanonimos.org.br/>>.

_____. GRUPO PORTÃO. O caminho de Akrom, Ohio, a São Paulo, S.P. Resenhas históricas, personagens. Cotia-SP, 2002. Acesso em ago 2014. Disponível em:
<<http://existeumasolucao.com.br/sala-de-leitura/arquivos/akron.pdf>>.

_____. Grupo Tranquilidade, Florianópolis-SC. Acesso em jul. 2015. Disponível em:
<<http://www.grupotranquilidade.com/alcoolicos-anonimos-de-a-a-v-11>>.

NEURÓTICOS ANÔNIMOS N/A. Acesso em jan. 2014. Disponível em:
<<http://www.neuroticosanonimos.org.br/>>.

NEUROTICS ANONYMOUS N/A. Faces of Mental and Emotional Illness. Can you afford it? Acesso em abril 2014. Disponível em: <<http://neuroticosanonimos.us/neurotics.html>>.

SUPERINTERESSANTE. *Como lidar com a tristeza*, junho de 2013. Acesso em abril de 2015. Disponível em: <<http://super.abril.com.br/cotidiano/como-lidar-tristeza-753437.shtml>>.

Anexo A

Cópia do panfleto de distribuição gratuita de *Neuróticos Anônimos*.

<p>TESTE DE SAÚDE EMOCIONAL (Fonte: Journal of Mental Health)</p> <ol style="list-style-type: none">1. Você tem medo de estar sozinho, sair de casa, dirigir um carro ou fazer uma viagem fora de sua cidade?2. Você se sente diferente ou "deslocado" quando está com outras pessoas?3. Você frequentemente negligencia seus afazeres, dorme muito, sente-se constantemente cansado ou sem energias?4. Você já tentou o suicídio ou pensou seriamente em cometê-lo?5. Você precisa de tranquilizantes ou outras drogas (que alteram a mente) para atravessar o dia?6. Você assume mais responsabilidades do que pode? Tem uma atitude de tudo ou nada?7. Você vive tenso, incapaz de se relaxar e não consegue dormir?8. A tensão, a ansiedade e a preocupação afetam seu trabalho?9. Você sente que outras pessoas não o compreendem ou não compreendem os seus problemas?10. Você sente que as outras pessoas "estão lhe olhando" quando você trabalha ou quando está em público?11. Você acha que o seu relacionamento está em perigo?12. Você tem problemas sexuais?13. Você sente que a vida já não tem "sentido"?14. Você fica tão irado que chega a perder o controle?15. Você entra em PÂNICO quando está sob tensão?16. Você vive chorando?17. Você se sente "culpado"?18. Você sofre de depressão? <p>Se você respondeu SIM a qualquer uma das perguntas acima, é provável que você precise de ajuda. Se você respondeu SIM a 3 ou mais perguntas, então é quase certo que você precise de ajuda.</p> <p>VOCÊ DESEJA AJUDA?</p>	<p>ORAÇÃO DA SERENIDADE</p> <p>CONCEDEI-NOS, SENHOR, A SERENIDADE NECESSÁRIA PARA ACEITAR AS COISAS QUE NÃO PODEMOS MODIFICAR, CORAGEM PARA MODIFICAR AQUELAS QUE PODEMOS E SABEDORIA PARA DISTINGUIR UMAS DAS OUTRAS.</p> <p> </p> <p>TEL (11) 3228-2042 FAX (11) 3228-5852</p>	<p> </p> <p>VOCÊ SOFRE DE DEPRESSÃO?</p> <p> </p> <p>VISITE NOSSO SITE www.neuroticosanonimos.org.br enabra@neuroticosanonimos.org.br</p>
<p>PROCURE-NOS</p>	<p>NEURÓTICOS ANÔNIMOS UMA OBRA DE AMOR À VIDA</p>	<p>NEURÓTICOS ANÔNIMOS UMA OBRA DE AMOR À VIDA</p>

Estresse,
Insatisfação,
Solidão,
Ansiedade,
Timidez,
Insonia,
Ciúme,
Pânico

ou outros sintomas que levam à depressão,
procure a ajuda gratuita de

NEURÓTICOS ANÔNIMOS
NOSSA EXPERIÊNCIA ESTÁ À SUA DISPOSIÇÃO

N/A NEURÓTICOS ANÔNIMOS
Um Programa de Recuperação para
pessoas com problemas mentais e emocionais

Neuróticos Anônimos é uma Irmandade* formada por homens e mulheres que compartilham suas experiências, fortaleza e esperança para resolverem seus problemas emocionais comuns e dessa forma se reabilitarem da doença mental e emocional.

Para ser membro desta Irmandade* basta considerar-se uma pessoa neurótica, ou seja, com perturbações emocionais, e ter o sincero desejo de sarar.

Em N/A não se cobram taxas nem mensalidades. As despesas de seu funcionamento são pagas com o dinheiro proveniente das contribuições de seus membros.

Neuróticos Anônimos não está ligada a nenhuma instituição religiosa ou política e não defende nem se opõe a nenhuma causa. Seu objetivo primordial é a transmissão de sua mensagem, através da recuperação de seus membros, aos que necessitam de ajuda para encontrar uma vida feliz, livres da doença mental e emocional.

Alcoólicos Anônimos bondosamente concedeu permissão a N/A para usar seus Passos e seu Programa, como já tem feito em relação a outras associações de Anônimos.

Desejamos expressar nossa gratidão a Deus e a Alcoólicos Anônimos por nos terem proporcionado os instrumentos necessários à nossa recuperação, os quais recebemos d'Ele por intermédio deles.

** Na maioria dos Países de língua espanhola onde existem Grupos de N/A, a palavra empregada é Comunidade.*

N.R. - Texto aprovado em Assembléia Mundial

O programa de Recuperação de Neuróticos Anônimos tem por base os Doze Passos (que propõem um programa de vida plena de amor e felicidade) e as Doze Tradições (que propõem uma convivência harmoniosa com todas as outras pessoas). É um programa espiritual, porém não tem nenhum caráter religioso.

Em N/A, o anonimato pessoal é preservado entre seus membros e, em especial, para o grande público, em jornais, rádios, televisões e filmes.

Em N/A não há pessoas investidas de autoridade, profissionais ou orientadores. Seu funcionamento é assegurado através da colaboração de companheiros que se dispõem a prestar serviços diversos. Nossos líderes são apenas servidores de confiança, não têm poderes para governar.

O Programa de Recuperação de Neuróticos Anônimos nos ensina a não diagnosticar, analisar ou doutrinar outras pessoas. O conhecimento da neurose e o caminho para a recuperação, são propiciados pela troca de experiências pessoais entre seus membros em recuperação.

Em N/A não há discriminação no que se refere a nível intelectual, grau de instrução ou condição social. Todos são bem-vindos. É nas salas de reuniões de N/A, através da ajuda mútua, que aprendemos a aceitar e compreender nossos semelhantes. E, pela prática continuada do programa, a amizade e o amor ressurgem, devolvendo-nos à sanidade.

N/A nasceu nos EUA, em 1964, quando Grover B. um neurótico e alcoólatra recuperado através da prática do Programa de Recuperação de Alcoólicos Anônimos percebeu que o programa de A. A. poderia ser aplicado na recuperação de pessoas que não tivessem a compulsão por bebidas alcoólicas.

N/A chegou ao Brasil em abril de 1969, inicialmente em São Paulo e vem se difundindo pelo País. ●

Anexo B

Reprodução de texto excluído do *website* de *Neuróticos Anônimos N/A*. Disponível em: <<http://www.neuroticosanonimos.org.br/sintomas-da-depressao.html>>. Acesso em: jan. 2014.

Sintomas da Depressão

Você já parou para pensar o que sente uma pessoa que sofre de depressão? Esta é uma pergunta que muitas pessoas nunca se deram o trabalho de fazer. A depressão é uma doença que causa muitos sofrimentos à pessoa que a possui. Identificar os sintomas dessa doença é muito importante, pois muitas pessoas sofrem de depressão e nem se quer se dão conta disso.

Abaixo segue uma lista de sentimentos e defeitos de carácter que podem caracterizar a existência da depressão ou estado depressivo.

• Ansiedade,	• Fobia,	• Ganância,
• Medo,	• Cansaço,	• Irresponsabilidade,
• Pânico,	• Desconfiança,	• Preguiça,
• Stress,	• Desamor,	• Desdém,
• Ciúme,	• Orgulho,	• Tédio,
• Insônia,	• Rivalidade,	• Negatividade,
• Solidão,	• Procrastinação,	• Sentimentos negativos,
• Angústia,	• Avareza,	• Insegurança,
• Insatisfação,	• Pessimismo,	• Confusão,
• Raiva,	• Inimizade,	• Mal-estar,
• Ódio,	• Decepção,	• Prepotência,
• Apego,	• Desespero,	• Desonestidade,
• Nervosismo,	• Amargura,	• Indiferença,
• Vergonha,	• Vingança,	• Melancolia,
• Perturbação,	• Mau-humor,	• Remorso,
• Mágoa,	• Revolta,	• Apatia,
• Ressentimento,	• Egoísmo,	• Desejo de suicídio.
• Intolerância,	• Vazio existencial,	• Ira,
• Compulsão em geral,	• Cólera,	• Sentimento de culpa,
• Agitação,	• Mente fechada,	• Codependência,
• Tensão,	• Egocentrismo,	• Rebeldia,
• Agressividade,	• Tristeza,	• Impaciência,
• Inveja,	• Agonia,	• Rancor,
• Ingratidão,	• Rejeição,	• Ressentimento,
• Pavor,	• Arrogância.	

Estes são alguns dos sintomas que uma pessoa deprimida pode apresentar. Ela necessariamente não sente todos de uma vez, mas a existência de qualquer um destes sentimentos pode caracterizar um estado de depressão. A depressão é uma doença terrível que se não for tratada pode levar à loucura, ou a morte pelo suicídio. Se você sofre de algum dos sintomas da depressão procure a ajuda de Neuróticos Anônimos.

Anexo C

Reprodução de texto atualizado do *website* de *Neuróticos Anônimos N/A*. Disponível em: <<http://www.neuroticosanonimos.org.br/depressao>>. Acesso em: abr. 2015.

Depressão

A depressão é a queixa mais comum das pessoas que procuram N/A – Neuróticos Anônimos. Somos muitos os que sofremos os horrores da depressão por anos a fio e encontramos a ajuda que nos livrou desse sofrimento. N/A oferece um meio que realmente funciona de alcançar essa ajuda. Somos provas vivas disso porque chegamos a acreditar que não havia cura para a nossa depressão, que essa era a cruz que teríamos de carregar para o resto da vida, mas vindo para Neuróticos Anônimos nossa depressão foi detida e encontramos uma vida nova, saudável e feliz. Para nós depressão é um sintoma da doença mental e emocional.

Segundo Grover, que adaptou o Programa de Recuperação de Alcoólicos Anônimos para Neuróticos Anônimos, a causa da doença mental e emocional e da depressão é a preocupação excessiva com a própria pessoa.

Sempre tivemos grandes preocupações conosco. Não dar conta da vida, do trabalho, do estudo, enfim, de tudo aquilo que tínhamos que fazer. A extrema preocupação conosco mesmos em tudo que diz respeito à saúde, estado de ânimo, sentimentos, conforto, interesses e a frustração de não conseguir que a nossa própria vontade fosse feita, nos levava a uma ansiedade torturante, a um contínuo medo de tudo e de todos e à exclusão de tudo mais que não dissesse respeito a nós mesmos.

Estávamos sempre preocupados com o que podíamos estar sentindo, só nos interessando por aquilo que desejávamos com o que conseguíssemos obter para nós mesmos ou com a maneira como éramos tratados pelas outras pessoas. As frases abaixo eram as nossas queixas constantes:

- Não me sinto bem, não posso ir trabalhar hoje.
- Estou com depressão.
- Não dormi bem a noite passada.
- Estou com dor de cabeça.
- Meu estômago está todo embrulhado.
- O cansaço me domina.
- Aquele barulho está demais.
- Não gosto do João, (da Maria, do Jaime, etc.).
- Estou com muito calor (ou frio).

A depressão causa muitos sofrimentos à pessoa que a possui. Identificar alguns efeitos dela é muito importante, pois muitas pessoas sofrem de depressão e nem sequer se dão conta disso. Na depressão ou estado depressivo podem estar presentes:

- Ansiedade,	- Medo,	- Estresse	- Insônia,
- Solidão,	- Angústia,	- Insatisfação,	- Desespero,
- Amargura,	- Rejeição,	- Preguiça,	- Sentimentos Negativos,
- Desejo de suicídio.	- Vazio existencial,	- Pânico,	- Ciúmes.

Anexo D

AS DOZE TRADIÇÕES DE *NEURÓTICOS ANÔNIMOS**

1. Nosso bem-estar comum deve estar em primeiro lugar; a reabilitação individual depende da unidade de N/A.
2. Somente uma autoridade preside, em última análise, ao nosso propósito comum – um Deus amantíssimo que se manifesta em nossa consciência coletiva. Nossos líderes são apenas servidores de confiança; não tem poderes para governar.
3. Para ser membro de N/A, o único requisito é o desejo de recuperar-se da doença emocional.
4. Cada grupo deve ser autônomo, salvo em assuntos que digam respeito a outros grupos ou a N/A em seu conjunto.
5. Cada grupo é animado de um único propósito primordial – o de transmitir a mensagem ao neurótico que ainda sofre.
6. Nenhum grupo de N/A deverá jamais sancionar, financiar ou emprestar o nome de N/A a qualquer sociedade parecida ou empreendimento alheio à Irmandade, a fim de que problemas de dinheiro, propriedade e prestígio não nos afastem do nosso objetivo primordial.
7. Todos os grupos de N/A deverão ser absolutamente autossuficientes, rejeitando quaisquer doações de fora.
8. Neuróticos Anônimos deverá manter-se sempre não-profissional, embora nossos centros de serviço possam contratar funcionários especializados.
9. N/A jamais devesse organizar-se como tal, podemos, porém, criar juntas ou comitês de serviço diretamente responsáveis perante aqueles a quem prestam serviços.
10. Neuróticos Anônimos não opina sobre questões alheia à Irmandade; portanto, o nome de N/A jamais deverá aparecer em controvérsias públicas.
11. Nossas relações com o público baseiam-se na atração em vez da promoção; cabe-nos sempre preservar o anonimato pessoal na imprensa, no rádio e em filmes.
12. O anonimato é ao alicerce espiritual das nossas Tradições, lembrando-nos sempre da necessidade de colocar os princípios acima das personalidades.

*Reprodução adaptada com permissão de **Alcoholics Anonymous** World Services, Inc., New York, USA.